



Universidade de Lisboa
Faculdade de Motricidade Humana



Relatório Final de Estágio Pedagógico Realizado na Escola Secundária Fernando Namora no ano letivo de 2013/2014

**Relatório de Estágio elaborado com vista à obtenção do grau de Mestre em
Ensino da Educação Física nos Ensinos Básico e Secundário**

Orientador da Faculdade de Motricidade Humana:

Mestre Fernanda Maria Castanheira da Costa Marques Santinha

Orientador da Escola Secundária Fernando Namora:

Mestre Hamilton Marcus Alcoforado dos Santos

Júri

Presidente

Doutor Marcos Teixeira de Abreu Soares Onofre, professor associado da Faculdade de Motricidade Humana da Universidade Técnica de Lisboa.

Vogais

Doutora Ana Maria Silva Santos, professora auxiliar da Faculdade de Motricidade Humana da Universidade Técnica de Lisboa.

Mestre Fernanda Maria Castanheira da Costa Marques Santinha, professora assistente convidada da Faculdade de Motricidade Humana da Universidade Técnica de Lisboa.

Mestre Hamilton Marcus Alcoforado dos Santos, docente da Escola Secundária Fernando Namora da Amadora.

Rossana Olívia Ferreira Abdulremane

2014

Agradecimentos

Ao Mestre Hamilton Santos pela orientação e pela partilha do seu conhecimento no decorrer deste ano. Agradeço toda a disponibilidade e constante preocupação pelo sucesso e brilhantismo deste ano de estágio.

À Mestre Fernanda Santinha pela constante preocupação e orientação neste ano. Agradeço todos os momentos de reflexão sobre a atividade de estágio assim como a tomada de consciência de todo o percurso percorrido neste ano.

À professora Helena Castro pelos constantes desafios lançados ao longo do acompanhamento realizado à direção de turma. Agradeço a constante partilha sobre o cargo e as diferentes formas de atuar perante os diversos casos que foram surgindo.

Aos professores do Grupo de Educação Física pela disponibilidade e partilha de experiências ao longo do ano. O modo como nos acolheram foi determinante para o decorrer deste ano.

Aos professores do Conselho de Turma pelo modo como me orientaram nas tarefas realizadas no decorrer das diferentes reuniões. Agradeço o proporcionar de um acompanhamento constante aos diversos momentos com a turma.

Aos meus colegas e amigos de estágio, André e Manuel pela amizade e pelos momentos que partilhámos ao longo de todo este ano de conquistas. Ajudaram a tornar este ano fantástico e inesquecível não apenas pela sua dimensão formativa mas também pela formação enquanto pessoa. Obrigada pela amizade.

À minha turma, que dentro e fora do contexto de aula demonstraram uma disponibilidade incansável. Espero que consigam alcançar um futuro brilhante e que nunca deixem que o medo os impeça de lutar. Obrigada “maltinha”!

À minha Mãe e ao Rui, por todo o apoio que sempre me deram ao longo da minha vida, por serem uma base para mim e um exemplo de lutadores na vida. Por todo o amor, por todas as lições, por todos os momentos em que um simples telefonema me fez sorrir. Mesmo à distância de um telefonema, nunca deixaram de fazer parte de todos os momentos da minha vida e por me ensinarem a lutar pelos meus sonhos. Obrigada por acreditarem em mim e por serem fantásticos.

Ao meu Pai pela sua presença nos diversos momentos da minha vida, em especial nestes últimos anos em que estivemos mais próximos. Agradeço ainda toda a paciência e compreensão pelos meus horários ao longo destes dois anos em que vivemos juntos.

À Soraia por ser uma irmã mais velha fantástica e sempre presente. És um exemplo na minha vida de uma pessoa lutadora e um orgulho. Todos estes anos de partilha, amizade e companheirismo ajudaram a ser aquilo que sou hoje. Obrigada mana por tudo. Ao Jorge por ser um cunhado sempre atento e amigo.

À Maria e ao José por serem uns irmãos mais novos que vi nascer e crescer. Por todos os carinhos e sorrisos ao longo destes anos. Os meus princípios sempre foram uma grande motivação ao longo de todos estes anos de faculdade em que estive mais longe de casa.

À Sofia e ao João por serem os irmãos mais novos mais próximos nesta etapa, por todos os momentos de partilha. Por todas as vezes em que não deixaram que faltasse aos compromissos por adormecer.

A todos os meus tios pela presença constante ao longo de toda a minha vida. Em especial aos meus tios mais próximos, Ester e Hélder que me receberam sempre de braços abertos ao longo dos meus anos de faculdade na sua casa. Ao lado deles comecei e terminei esta etapa e por isso obrigada pela paciência e ensinamentos constantes.

Aos meus avós, Olívia e José Renato, por serem um grande exemplo na minha vida. Obrigada pela vossa simplicidade e por todas as lições de vida que me dão. A dedicação que tem pelos filhos e netos e por tudo o que fazem e fizeram na vida é um grande exemplo a seguir. São a base de uma família unida e sempre presente na minha vida, demonstrando que a felicidade se vai construindo em tudo o que fazemos e que não podemos baixar os braços e desistir de o fazer.

Aos meus padrinhos e filhas pela constante preocupação por mim. Pela vossa presença na minha vida desde sempre. Por serem parte da família. Obrigada por tudo!

Aos amigos de sempre pela compreensão e amizade ao longo de toda a minha vida. Mesmo à distância estamos sempre presentes na vida uns dos outros e nunca deixámos de nos apoiar em todos os momentos. À Rita por estar sempre presente. Aos

Davides por serem amigos incansáveis e por fazerem parte da minha vida desde que nasci. Ao Chico e ao Tito por estarem sempre lá.

Aos amigos que fui conhecendo ao longo desta jornada académica. À Carla pelos diversos momentos em que me ouviu e pelos diversos cafés. Aos meus afilhados sempre presentes, em especial à Tânia e à Bá. À Clara pela sua paciência nestes últimos tempos.

À família da turma 3 por me ter acolhido ao longo destes anos naquela que é a melhor Faculdade do Mundo. Às diferentes gerações da turma que me receberam e aos caloiros que recebi agradeço pelos momentos únicos vividos. À Vanda, por acreditar na minha capacidade de trabalho e por isso me lançar diversos desafios. À Cláudia e ao Ciro por serem únicos. A ti, Hélder pelo companheirismo na luta que foi a biomecânica.

À equipa federada e universitária da Faculdade pelos anos fantásticos e pelos diversos momentos que vivemos, dentro e fora do campo.

Um sincero Obrigada a todos!

Resumo

O presente relatório tem como objetivo refletir criticamente sobre o processo de ensino-aprendizagem ocorrido durante o Estágio Pedagógico em Educação Física. Este estágio desenvolveu-se na Escola Secundária Fernando Namora, escola integrante do Agrupamento de Escolas Amadora 3, localizado na Brandoa, no ano letivo de 2013/2014.

O estágio insere-se no 2º ano do Mestrado em Ensino da Educação Física nos Ensinos Básico e Secundário da Faculdade de Motricidade Humana e assumiu-se como sendo a primeira experiência na carreira de docência. Este processo de formação foi ainda orientado através do Guia de Estágio Pedagógico 2013/2014, no qual são descritos os objetivos específicos e gerais de cada uma das quatro áreas de intervenção. Assim, ao longo deste relatório será realizada uma reflexão sobre as principais dificuldades em cada uma destas áreas, nomeadamente relativamente à Organização e Gestão do Ensino e da Aprendizagem, da Inovação e Investigação Pedagógica, da Participação na Escola e da Relação com a Comunidade, e que levaram a uma melhoria da minha formação individual.

Este documento possibilita ainda através da análise realizada perceber quias os pontos mais fortes e mais fracos de toda a minha intervenção, assim como os aspetos que ainda faltam alcançar.

Palavras-chave: Estágio Pedagógico, Ensino-Aprendizagem, Professor, Dificuldades, Formação, Reflexão, Desenvolvimento Pessoal, Intervenção, Estratégias, Finalidades

Abstract

This report aims to reflect critically about the process of teaching-learning occurred during the Physical Education Teaching Stage. This stage developed in Secondary School Fernando Namora group of Amadora 3 Schools, located in Brandoa, in the school year of 2013/2014.

The internship is part of a sophomore of the master in teaching of physical education in the Basic and secondary Educations of the Faculty of Human Kinetics and assumed as being the first experience in teaching career. This training process was still guided by Educational Stage guide 2013/2014, in which are described the specific and general objectives of each of the four areas of intervention. Thus, throughout this report will be held a discussion on the main problems in each of these areas, in particular concerning the organization and management of teaching and learning, innovation and Educational Research, participation in school and the relationship with the community, and that led to an improvement of my individual training.

This document enables even through the analysis undertaken to realize the medium strongest points and weaker throughout my remarks, as well as aspects that still achieve.

Keywords: Physical Education, Teaching-Apprenticeship, Teacher, Difficulties, Training, Reflection, Personal Development, Intervention, Strategies, Aims

Índice

Agradecimentos	iii
Resumo	vi
Abstract	vii
Índice de Figuras	ix
Índice de tabelas.....	ix
Introdução.....	1
Contextualização	2
a) Escola Secundária Fernando Namora.....	2
b) Grupo de Educação Física	5
c) A Turma	6
Análise/Reflexão Crítica.....	8
Área 1 – Organização e Gestão do Ensino e da Aprendizagem.....	8
Planeamento	8
Avaliação	13
Condução	18
Área 2 – Investigação e Inovação Pedagógica.....	22
Área 3 – Participação na escola	25
A participação no desporto escolar.....	25
a) A divulgação	26
b) O Planeamento.....	26
c) Condução	29
d) O clima de treino	31
Ação de intervenção na escola	33
Área 4 – Relação com a comunidade.....	35
Reflexão Final.....	41
Bibliografia.....	43

Anexos	45
--------------	----

Índice de Figuras

Figura 1 - Mapa da Escola Secundária Fernando Namora	3
--	---

Índice de tabelas

Tabela 1 - Prioridades obtidas a nível da área das atividades físicas e desportivas	10
Tabela 2 - Resultados obtidos de prioridades na área da aptidão física nas raparigas	11
Tabela 3 - Resultados obtidos de prioridades na área da aptidão física nos rapazes	11
Tabela 4- Critérios de avaliação	17
Tabela 5 - Critérios de avaliação alternativos	17

Introdução

A realização deste relatório teve por base uma análise reflexiva do trabalho desenvolvido ao longo de todo o ano letivo 2013/2014, no âmbito do estágio pedagógico inserido no Mestrado em Ensino da Educação Física nos Ensinos Básico e Secundário. A concretização do mesmo decorreu na Escola Secundária Fernando Namora, escola sede do Agrupamento de Escolas Amadora 3, na Brandoa.

Visto se tratar de uma reflexão sobre o processo de formação pessoal esta tem como base um conjunto de competências referidas no Guia de Estágio divididas por quatro áreas de formação: Área 1 – Organização e Gestão do Ensino e da Aprendizagem; Área 2 – Investigação e Inovação Pedagógica; Área 3 – Participação na Escola e Área 4 – Relação com a Comunidade, e culmina com o fechar de um ciclo de formação que possibilita profissionalmente o desempenhar de todas as tarefas características da profissão de professor de Educação Física nos Ensinos Básico e Secundário.

Ao longo deste relatório estará presente uma reflexão daquela que foi a minha intervenção nas diferentes áreas referidas anteriormente, contextualizando este processo no meio onde decorreu. Esta tem ainda o intuito de potenciar uma abordagem detalhada deste que é um processo de ensino-aprendizagem fundamental para a aquisição de um nível de profissionalização de excelência.

Este relatório encontra-se então organizado em três grandes tópicos de análise, o primeiro através da contextualização do meio, o segundo estabelecido pela reflexão crítica das diferentes áreas de intervenção e por ultimo uma reflexão crítica sobre todo o processo de formação, enfatizando toda a formação deste último ano de estágio pedagógico.

Contextualização

No decorrer daquela que foi a minha formação enquanto aspirante a professora de Educação Física, sempre me foi inculcida a premissa que ser professora vai para além do que nos é transmitido academicamente, pois não basta uma compreensão e assimilação de todos os conteúdos programáticos de todas as disciplinas, é necessário abranger ainda uma capacidade reflexiva sobre as mesmas. Esta capacidade reflexiva torna-se fundamental para um melhor entendimento de toda a prática a nível profissional, compreendendo assim o que refere Nóvoa (1995a, citado por Santos, G., 2003, p.21), pois “a formação deve estimular uma perspetiva crítico-reflexiva, que forneça aos professores os meios de um pensamento autónomo e que facilite as dinâmicas de autoformação participada. Estar em formação implica um investimento pessoal, um trabalho livre e criativo sobre os percursos e os projetos próprios, com vista à construção de uma identidade, que é também uma identidade profissional”.

Esta construção de uma identidade profissional abrange ainda a uma relação desta premissa, com a base de todo o conhecimento de um aspirante a professor, defendida por Shulman (1987, citado por Silva, T., 2009), que abrange um conjunto de conhecimentos oriundos de diferentes fatores, mais concretamente do conhecimento do conteúdo, pedagógico geral, do currículo, dos estudantes e das suas características, do contexto educacional, dos fins, propósitos e valores educacionais e pedagógico do conteúdo. Assim torna-se bastante pertinente, e para uma melhor compreensão de todo o contexto onde esteve inserida esta etapa da minha formação, mais concretamente o meio onde decorreu o meu estágio pedagógico.

a) Escola Secundária Fernando Namora

A Escola Secundária Fernando Namora (ESFN), criada em 1978, é atualmente escola sede do Agrupamento de Escolas Amadora 3 (AEA), do qual para além da ESFN fazem parte a Escola Básica 2, 3 Sophia de Mello Breyner Anderson, a Escola Básica 1/JI da Brandoa, a Escola 1/JI Sacadura Cabral e o Jardim de Infância Nº2 da Brandoa. Localiza-se na freguesia da Brandoa, no concelho da Amadora, o qual faz fronteira com os concelhos de Lisboa, Loures, Odivelas e Sintra.

O AEA durante todo o presente ano letivo, confrontou-se com algumas alterações devido à transição, sendo que, apesar dos órgãos de gestão terem sido nomeados com carácter provisório, obedecem à mesma estrutura de órgãos de gestão de qualquer outro

agrupamento de escola, existindo por isso, de acordo com o organigrama um conselho geral, um diretor e um conselho pedagógico.

A ESNF está repleta de recursos a níveis materiais, devido às diferentes instalações que a constituem, apresentando por esse motivo excelentes condições para potenciar ao máximo o nível das aprendizagens dos seus alunos. Esta é constituída por diversos pavilhões de aulas, numa totalidade de 6, identificados de A a F constituídos por dois pisos cada um dos pavilhões.

Na ESNF existe ainda um refeitório, um campo exterior e um pavilhão gimnodesportivo. Os principais serviços da escola encontram-se sediados no pavilhão A, mais concretamente, ao nível de gestão escolar - o conselho executivo do agrupamento e escola, os serviços administrativos (secretaria), o Serviço de Apoio Social Educativo (SASE), a sala dos professores, a sala de diretores de turma, a biblioteca, o serviço de orientação educacional, a sala de atendimento aos Encarregados de Educação, o serviço de apoios educativos, a reprografia e o PBX. No pavilhão E para além das diversas salas de aulas, encontra-se ainda o bar dos alunos e a livraria escolar (onde se encontram à venda diversos materiais à disposição dos alunos e professores). Os restantes pavilhões são constituídos por diversas salas de aulas e laboratórios. Salienta-se o facto de todas as salas de aulas se encontrarem equipadas com meios áudio visuais considerados como essenciais, nomeadamente com retro projetor, vídeo projetor e computadores com ligação à internet, em algumas das salas é ainda possível verificar a existência de quadros interativos.

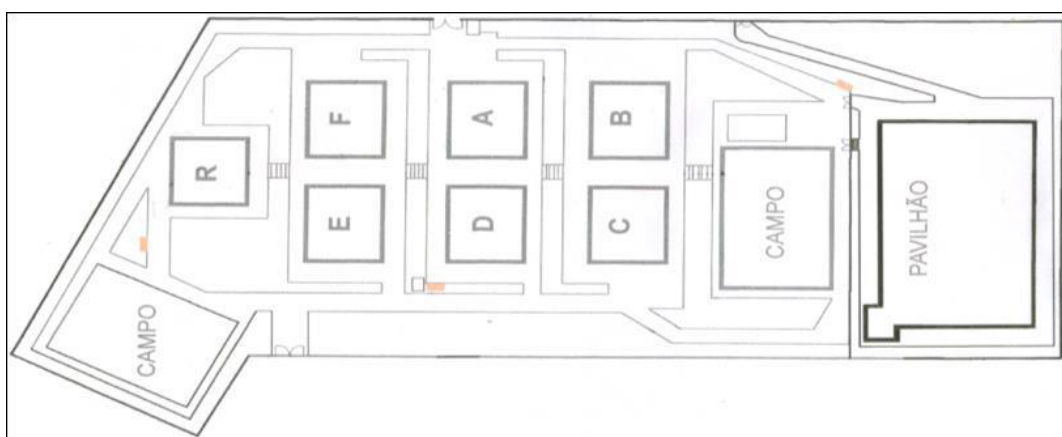


Figura 1 - Mapa da Escola Secundária Fernando Namora

Relativamente ao local onde decorreu grande parte do estágio, mais concretamente o pavilhão gimnodesportivo, é de destacar que este possui infra estruturas

necessárias para a realização das atividades desportivas, possuindo uma sala de professores, uma sala de aula, balneários femininos e masculinos, um campo interior, composto por 6 tabelas de basquetebol e 2 balizas, dividido em dois espaços de lecionação, o espaço 1 que corresponde a dois terços do campo e o espaço 2, que corresponde ao outro terço do campo e que comporta ainda uma parede de escalada e um colchão de quedas. Existe ainda nesta instalação um ginásio, o qual é denominado de espaço 3, onde se encontram disponibilizados os diferentes materiais inerentes à prática das diferentes ginásticas e ainda uma aparelhagem e um espelho. Importa ainda referir que existe ainda um espaço exterior correspondente a um espaço exterior denominado de espaço 4.

Em relação à qualidade e quantidade de material disponível para a lecionação das diferentes matérias existentes nos Programas Nacionais de Educação Física é de salientar que esta escola se encontra muito bem equipada, possuindo material não apenas para o desenvolvimento das diferentes matérias como também para o treino das diferentes capacidades físicas (e.g. bolas de futebol, basquetebol, voleibol, andebol, *soft ball*, raquetas de badminton, de ténis, volantes, patins em linha, bicicletas de BTT, pinos, marcas, coletes, *sticks* e bolas de hóquei, material de escalada, alvos, arcos e setas, para o tiro com arco, redes de voleibol, redes de badminton, postes de voleibol, badminton, cordas, escadas de agilidade, bolas suíças entre outros).

Na atualidade, e de acordo com a informação disponibilizada, a escola abrange cerca de 1090 alunos distribuídos pelo 3º Ciclo de Ensino Básico, Ensino Secundário e Ensino Pós Laboral. Salienta-se ainda o facto de que o nível socioeconómico das famílias, bem como o grau de escolaridade das mesmas e as respetivas atividades profissionais predominantes, são maioritariamente baixas, de acordo com os dados disponibilizados pelo Relatório Interno de Atividades 2012/2013. Devido a este conjunto de características, e apesar das muitas restrições impostas pela nova legislação, a percentagem de alunos que beneficiam de subsídios atribuídos pelo estado é de cerca de 30%.

A escola apresenta ainda uma grande diversidade cultural, dada a proveniência geográfica dos progenitores/encarregados de educação dos alunos, bem como dos mesmos, quer dentro do próprio recinto escolar quer nas imediações da escola, assim como na própria Junta de Freguesia.

Relativamente ao pessoal docente e não docente, a escola tem o número de funcionários suficientes que conseguem assegurar o seu bom funcionamento, de acordo com o que me foi possível observar durante este ano de realização de estágio, uma vez que, sempre que foi necessário, pude contar com o apoio de todos os colaboradores da escola.

b) Grupo de Educação Física

O Grupo de Educação Física (GEF) encontra-se inserido no Departamento de Expressões, juntamente com as disciplinas de Artes Visuais, Educação Tecnológica e Ensino Especial. Este Departamento é coordenado por uma docente de Educação Tecnológica nomeada pela coordenação da escola. A coordenação do GEF, que anteriormente era da responsabilidade do docente com o maior número de anos de serviço, no presente ano letivo sofreu algumas alterações tendo sido, essa responsabilidade, atribuída a outra docente.

Dentro do GEF é ainda de referenciar que se encontra ainda formado um Núcleo de Estágio em Educação Física (NEEF), constituído pelo Orientador de Escola, pela Orientadora da Faculdade pelos três estagiários.

O GEF é constituído por nove docentes, quatro do género masculino e cinco do género feminina, integrando ao longo deste ano letivo mais três professores estagiários da disciplina. Para a lecionação da disciplina, o grupo dispõe de quatro espaços com grandes disponibilidades poli temáticas, nomeadamente os espaços 1, 2, 3 e 4, descritos na caracterização da escola a nível dos recursos materiais e espaciais. A rotação entre os espaços é definida através do *roulement*, este determina o tempo que cada turma está em cada um dos espaços de aula.

No que diz respeito aos recursos humanos, o pavilhão gimnodesportivo dispõe de três auxiliares da ação educativa que transmitem uma grande perseverança na manutenção e cuidado de todos os recursos materiais e espaciais. Importa ainda referir que estas auxiliares da ação educativa são responsáveis por assegurar a limpeza e higiene das instalações. Para além das funções desempenhadas com sucesso ao longo do ano, estas auxiliares primam pelo bom clima estabelecido com os professores e com os alunos, demonstrando sempre uma enorme simpatia e respeito.

c) A Turma

A turma que me foi atribuída para a realização deste estágio pedagógico, foi uma turma pertencente ao 9º ano, da ESN. No início do presente ano letivo era constituída por 28 alunos, dos quais dois foram transferidos. No final do ano letivo a turma é constituída por 26 alunos, dos quais 15 elementos são do género feminino e 11 são do género masculino, com idades compreendidas entre os 13 e os 17 anos, sendo a média de idades da turma de 14 anos.

Uma das alunas que integrava a pauta da turma, nunca compareceu às aulas da disciplina tendo sido sempre marcada a falta de presença nas mesmas.

Dois dos alunos da turma encontram-se ao abrigo do Decreto de Lei 3/2008 de 7 de Janeiro, com medidas de adequações no processo de avaliação (artigo 20º).

Assim, devido a este factor, confrontei-me ainda com a impossibilidade de poder aplicar os critérios de avaliação normais da disciplina devido à incapacidade da mesma em realizar a componente prática da disciplina, assim esta aluna sujeita a uma avaliação segundo os critérios de avaliação alternativos, consistindo num maior desafio na integração da aluna no decorrer das aulas.

Com a realização do estudo de turma¹, este constituído pela realização de dois inquéritos de cariz pessoal, ou seja, informações socioculturais, físicas e psicológicas, foi ainda possível constatar que existia dentro da turma alguma diversidade cultural, mais concretamente relacionada com a proveniência geográfica tanto do agregado como do próprio aluno, apesar de na sua maioria serem da União Europeia (cerca de 65%), alguns alunos serem Cabo-Verdianos (cerca de 7%), Angolanos (cerca de 3%) e Brasileiros (cerca de 3%).

¹ O estudo de turma foi apresentado tanto em reunião de conselho de turma como em reunião de encarregados de educação. Este esteve dividido em duas fases, a primeira através da análise dos inquéritos distribuídos pela Diretora de Turma que pretendia a recolha de informação de dados pessoais dos alunos, do agregado familiar, dos hábitos de estudo, do percurso académico anterior e das ambições futuras de cada aluno (esta parte do inquérito foi apresentada ao Conselho de Turma e ao Encarregados de Educação). A segunda parte do estudo consistia na aplicação de testes sociométricos apresentados apenas em Conselho de Turma.

No que diz respeito ao historial académico da turma é de referir que 5 dos alunos ficaram retidos no mesmo ano escolar, sendo que 2 destes alunos ficaram retidos por duas vezes. Esta turma é caracterizada ainda por ser uma turma que apresenta resultados muito baixos a nível académico, o que fez com que ao longo do ano letivo tenha observado uma grande sensibilização por parte da Diretora de Turma e dos outros professores da turma para os alunos frequentassem as diferentes aulas de apoio disponíveis para as diferentes disciplinas, tal como para um maior acompanhamento ao estudo por parte dos encarregados de educação.

De acordo com a opinião de alguns docentes, os alunos da turma são muito imaturos e de certo modo indisciplinada, apesar de no decorrer das aulas não se terem verificado casos preocupantes de comportamentos de indisciplina nem de desrespeito. Grande parte da turma já frequentava a escola em anos transatos e inclusive pertenciam à mesma turma o que se transmitia numa grande afinidade entre os alunos.

A nível sociológico é de referir o facto de os resultados apresentados no estudo de turma apresentam uma tendência de rejeição centrada essencialmente em três alunos, um dos quais era novo aluno da turma. O facto de este inquérito ter sido aplicado no decorrer do primeiro período pode justificar este resultado. Este estudo apresentava ainda uma componente de análise voltada para questões de autoconceito e de autoestima dos alunos, revelando que na sua maioria os alunos da turma gostam deles próprios e têm uma boa imagem deles próprios.

Análise/Reflexão Crítica

Área 1 – Organização e Gestão do Ensino e da Aprendizagem

Para uma melhor abordagem de toda a minha intervenção ao longo deste ano de estágio, naquela que é a principal área de intervenção tanto do estágio como à posteriori na carreira profissional de docente, importa perceber todo o processo e todas as etapas desenvolvidas durante a realização deste estágio pedagógico.

Com o objetivo de promover capacitação para a realização de diferentes aprendizagens nos alunos da turma anteriormente referida, pois enquanto professora de Educação Física, e no desenvolvimento da minha prática profissional, tentei reger-me por princípios orientadores de conduta, nomeadamente uma grande equidade e responsabilidade perante os alunos. Assim, este capítulo visa uma reflexão a nível das diferentes competências desenvolvidas ao longo deste ano, representado através de três níveis essenciais a todo o processo ensino-aprendizagem, nomeadamente a nível do planeamento, da avaliação e da condução das aprendizagens.

Planeamento

“Tal como referem Clark & Peterson (1986), a planificação pode ser entendida como o conjunto de processos psicológicos básicos, através dos quais o Professor visualiza o futuro, faz um inventário dos fins e meios, e constrói um marco de referência que guie as suas ações.” (Pedro, D., 2009/2010).

Compreendendo esta premissa e de acordo o estabelecido através dos Programas Nacionais de Educação Física (PNEF) emerge a necessidade de existir um documento regulador adequado às características de cada turma e que regule todo o processo de ensino-aprendizagem, devendo este ser ainda organizado de acordo com um conjunto de etapas fundamentais ao percurso de aprendizagem. Assim, tendo em conta os PNEF e ainda o Plano Curricular de Educação Física (EF) da escola, enquanto professora de EF surgiu a necessidade de elaborar este Plano Anual de Turma (PAT) de acordo com as características específicas desta, traçando no PAT, os objetivos finais e por etapa do processo ensino-aprendizagem de cada aluno do presente ano letivo.

No que concerne às diferentes etapas, mais concretamente a etapa de avaliação inicial, a etapa de aprendizagem e desenvolvimento, a etapa de desenvolvimento e consolidação e a etapa de consolidação e revisão, estas previamente definidas em

NEEF, sendo estas parte integrante do PAT, foi determinado estabelecer a duração de cada uma destas etapas para a elaboração do mesmo e para que pudéssemos ter uma linha orientadora a nível temporal da duração de cada uma das etapas.

Devido à nossa inexperiência e ao facto de nos encontrarmos perante um período de adaptação, elaboração dos diferentes níveis de planeamento não seguiu a lógica de realização de um nível macro para um nível micro, invertendo assim o sentido da pirâmide, com o intuito de responder às necessidades imediatas. Assim, iniciamos o desafio pela elaboração de planos de aula, nível micro, passando posteriormente para a elaboração de planos semanais, nível micro. Como a elaboração destes últimos já envolvia uma estratégia mais elaborada um planeamento mais complexo emergiu a necessidade de elaboração de um plano intermédio de opções metodológicas, que facilitaram posteriormente a elaboração do plano de unidade de ensino, também nível micro. Desta elaboração mais complexa existiu uma melhor preparação para a elaboração em primeiro do plano de etapa, nível meso, e após a primeira etapa, ou seja após o período de avaliação inicial, a elaboração do documento orientador de todo o ano letivo, ou seja o PAT, nível macro.

Tal como referido anteriormente o primeiro grande desafio ao nível do planeamento surgiu durante a 1ª Etapa de formação, nomeadamente com a etapa de avaliação inicial, a qual permite a realização posterior de um plano a nível macro, o PAT. O período desta etapa foi determinado pelo GEF tal como o *roulement*, este consiste no sistema de rotação dos espaços, sendo que este se efetua semanalmente. No decorrer desta etapa salienta-se o facto que apesar das grandes preocupações estarem relacionadas com a recolha de informação para a avaliação inicial foram também preocupação a implementação de rotinas organizativas, a promoção de dinâmicas de grupo e afirmação de liderança.

Os resultados obtidos da etapa de avaliação inicial, tal como já referido permitiram a elaboração do PAT, abrangendo este, não apenas os resultados obtidos em todas as três áreas da EF, o balanço desta mesma etapa através de uma análise qualitativa e quantitativa, a caracterização da turma, a caracterização da escola e dos espaços da mesma, a definição das prioridades tanto na área das atividades físicas e desportivas (Tabela 1) como na área da aptidão física (Tabela 3 e 2, respetivamente referente às prioridades obtidas para os rapazes e para as raparigas) de atuação através do recurso a três métodos diferentes de determinação dos mesmos, a definição dos alunos que

poderiam ser utilizados como agentes de ensino, a periodização das diferentes etapas, decisões metodológicas e algumas estratégias de atuação.

Durante a elaboração do documento importa referir a dificuldade sentida na realização de uma projeção a longo prazo a nível da evolução dos alunos, dado que os mesmos possuem o seu ritmo de ensino heterogéneos entre si. Devido ao facto deste ritmo específico de cada aluno ser realizado pelo responsável pelo grupo turma (o PF), origina situações, em contexto sala de aula, de ocorrência de comportamentos disruptivos, de desvio, sendo este motivo de debate por parte do NEEF sobre a minha prestação enquanto professora, preocupação desenvolvida em pormenor essencialmente no balanço realizado sobre a semana a tempo inteiro.

Prioridades	Matérias
1	Voleibol
2	Futebol
3	Badminton
4	Andebol
5	Ginástica Aparelhos - Plinto
6	Patinagem
7	Atletismo
8	Dança
9	Ginástica de Solo
10	Ginástica Aparelhos - Míni
11	Basquetebol

Tabela 1 - Prioridades obtidas a nível da área das atividades físicas e desportivas

Para a obtenção da tabela anterior importa referir que foram estabelecidos três métodos, o primeiro consistiu na comparação entre a média obtida relativa ao nível de prestação da turma com as referências dos PNEF para o 9º ano de escolaridade, o segundo método consistiu na contabilização dos alunos no nível parte avançado e nos níveis não introdutório e parte introdutório e o terceiro na comparação entre estes dois valores. Da aplicação destes três métodos podemos averiguar que não existiu uma grande variação entre as prioridades obtidas nos três (podendo constatar a análise em detalhe no Anexo A)

Prioridades	Capacidade Física	Média obtida na AI (nível)
1	Flexibilidade	2
2	Coordenação	3
3	Força Superior	3
4	Velocidade	4
5	Resistência Aeróbia	4
6	Força Média	4

Tabela 2 - Resultados obtidos de prioridades na área da aptidão física nas raparigas

Prioridades	Capacidade Física	Média obtida na AI
1	Coordenação	2
2	Força Superior	2
3	Flexibilidade	3
4	Força Média	3
5	Resistência Aeróbia	4
6	Velocidade	5

Tabela 3 - Resultados obtidos de prioridades na área da aptidão física nos rapazes

Os dados obtidos nas tabelas anteriores permitiram a definição de prioridades a nível do trabalho a desenvolver na área da aptidão física, sendo que o facto de não se ter dado um grande ênfase ao treino destas capacidades no período de avaliação inicial fez repensar o tipo de trabalho a realizar nesta área assim como o destaque a atribuir à mesma.

A elaboração dos restantes níveis de planeamento, nomeadamente dos planos de etapa, sendo de mencionar que estes tiveram por base o PAT, e tal como referido anteriormente este esteve dividido em quatro etapas, já mencionadas anteriormente. Estas etapas foram realizadas segundo a mesma base de trabalho, ou seja, estas continham o balanço da etapa anterior, o balanço das opções metodológicas dessa mesma etapa, o balanço do processo ensino-aprendizagem de cada aluno relativamente a cada matéria, assim como as opções metodológicas definidas, como a periodização da leção durante esta etapa, os momentos de recolha de dados para a avaliação e o reajustamento de prioridades, tendo em conta sempre o processo de aprendizagem dos alunos.

No que diz respeito à segunda etapa, a etapa de aprendizagem e desenvolvimento, é de mencionar que o facto de ter sido realizada em simultâneo com a elaboração do PAT, fez com que existisse uma maior objetivação a medio prazo, ou seja, uma especificação dos objetivos a alcançar ao longo desta etapa. Durante esta etapa recorreu-se na sua maioria a grupos de trabalho de carácter heterogéneo, sendo exceção disso a matéria de patinagem, devido à facilitação de trabalho nesta matéria.

Relativamente à terceira etapa, especificamente a etapa de desenvolvimento (Anexo C) e consolidação evidencia-se que nesta etapa já existiu uma redefinição de prioridades, este facto deve-se a uma maior experiência na recolha de dados, bem como uma maior capacidade de observação. Relativamente a esta etapa, importa ainda referir que o facto de existir uma maior diferenciação de objetivos a atingir conduziu a uma formação de grupos de trabalho mais homogénea, no entanto é de salientar a preferência de grupos heterogéneos nas diferentes modalidades da ginástica, favorecendo um maior espírito de entreaajuda e cooperação entre os alunos. Este tipo de formação de grupos prevaleceu ainda na quarta etapa de formação, consolidação e revisão (Anexo D) no qual existiu uma maior preocupação de potenciar a passagem dos alunos pelas matérias todas contribuindo assim para uma potenciação destes nas matérias em que o seu potencial era mais elevado, possibilitando uma recolha de dados mais eficaz.

No que diz respeito à operacionalização dos Planos de Etapa, esta foi concebida através da elaboração das unidades de ensino que compunham cada uma das Etapas de ensino. Assim estes documentos tornaram-se fundamentais pois tinham presentes as grandes decisões metodológicas de intervenção pedagógica. Estas decisões metodológicas eram inerentes aos conteúdos específicos a desenvolver e as estratégias de aplicação dos mesmos. A duração de cada unidade de ensino foi de duas semanas, sendo que o facto de a rotação de espaços ser semanal fez com que existisse uma preocupação de agrupar os espaços dois a dois, assim a principal preocupação prendeu-se com a junção dos espaços em função das características de cada um com o intuito de potenciar entre eles as características de semelhança pedagogia entre os mesmos.

Cada unidade de ensino tinha ainda incorporada o balanço da unidade de ensino anterior. Este documento tinha ainda a estruturação das duas semanas (Anexo E). Toda a informação que compunha este documento era bastante pertinente na elaboração posteriori dos planos de aula, que tal como já foi referido, passou de uma elaboração aula a aula para uma elaboração semanal.

O documento mais operacional de todos os documentos de planeamento, era o plano de aula, pois especificava o foco de atenção mais elevado a nível de cada um dos exercícios da aula, através da discriminação dos critérios de êxito. Este documento, à semelhança das unidades de ensino, referia ainda os grupos de trabalho e no caso da dança, os pares da mesma. Traduzindo-se numa vertente mais prática da minha intervenção pedagógica direta, este documento possuía ainda estratégias a nível da

organização da turma nos diferentes momentos da aula, assim como as diferenças entre as aulas de 45 e de 90 minutos.

É importante salientar que os diferentes níveis de planeamento estavam organizados segundo uma lógica compreendendo sempre os diferentes níveis hierárquicos que representam. No entanto, numa comparação com outros tipos de documentos de planeamento de outros NEEF, é de salientar que poderiam ser mais específicos e conter mais informação detalhada de cada aluno, principalmente a nível da introdução dos níveis de cada aluno, em cada matéria, nas diferentes unidades de ensino. Esta diferença encontrada a nível das estruturas dos diferentes documentos entre NEEF remetem para o facto de cada NEEF estar presente um determinado modo de organização inerente ao local em que realiza o seu estágio.

Avaliação

Ao longo deste ano letivo foram solicitados diversos momentos de avaliação, de acordo com os diferentes modos de avaliação defendidos a nível do ensino. Tal como referido anteriormente, o primeiro grande desafio surgiu com a AI, a qual segundo os PNEF (2001) assume uma grande importância pois “para além de permitir a cada Professor orientar e organizar o seu trabalho na turma, prognosticando para projetar diferenciadamente, possibilita aos Professores assumirem compromissos coletivos, aferindo decisões anteriormente tomadas quanto às orientações curriculares, adequando o nível de objetivos e/ou procedendo a alterações ou reajustes na composição curricular à escala anual e/ou plurianual, caso considerem necessário.”

Com o intuito de assegurar este momento de avaliação e segundo o que já foi referido anteriormente, foram estabelecidas pelo GEF um período de 5 semanas, sendo que as primeiras duas semanas as aulas se realizaram no mesmo espaço e apenas na segunda semana se iniciou o sistema de rotação entre espaços. Possibilitando assim a passagem por todos os espaços e a abrangência de todas as matérias de todas as áreas de extensão na Educação Física. Outro fator facilitador da etapa de AI foi o facto de o GEF já possuir um Protocolo de Avaliação Inicial onde se encontram descritas propostas de exercícios para a recolha de dados, no entanto importa referir a adaptação realizada pelo NEEF com a introdução de alguns exercícios de cariz mais técnico no que diz respeito aos jogos desportivos coletivos, colmatando assim possíveis dúvidas que poderiam surgir na recolha de dados. Apesar do GEF possuir um Plano Curricular de Educação Física da escola com fichas de registo para as diferentes matérias, o NEEF fez

uma pequena adaptação das mesmas, com o intuito de facilitar a utilização das mesmas, a preparação das mesmas ajudou ainda para a assimilação dos diferentes critérios a analisar ao longo desta etapa facilitando a recolha de informação.

Devido à inexperiência pessoal a nível de recolha de dados, o NEEF deu primazia a um sistema de entreaajuda entre estagiários durante esta etapa, potenciando uma maior experiencia nesta etapa, pois os três estagiários recolham dados das três turmas, dados que à posteriori eram comparados entre si, permitindo ainda a recolha de informação também ao nível da Aptidão Física e dos Conhecimentos. No que diz respeito à recolha de dados da Aptidão Física foram utilizados os testes do fitnessgram, contemplados pelo Plano Curricular da disciplina, os quais foram realizados nos diferentes momentos de avaliação.

É pertinente referir que esta etapa permitiu a construção de uma boa base de trabalho para todo o ano letivo, não apenas pela sua pertinência para a elaboração do PAT como também como uma maior experiência na recolha de dados para outros momentos de avaliação que se seguiram.

No que concerne à avaliação formativa e de acordo com o que é defendido por Abrecht (1994, citado por Rosado, A. e Silva, C., n.d.) a avaliação formativa deve ser considerada como uma atitude e não como um método, assumindo por isso o objetivo primordial de consciencializar o aluno sobre a dinâmica do processo de aprendizagem, inserindo-o assim no seu próprio processo de formação. Assim, ao longo deste ano foram desenvolvidos diversos momentos de avaliação formativa, mais concretamente após momentos de avaliação, através da entrega aos alunos de um documento onde este tinha expresso o nível a que se encontrava nas diferentes matérias e qual o nível a que se encontrava nos diferentes testes de aptidão física, acompanhado de um breve comentário sobre o que deveria melhorar e o que deveria manter. Outro processo de avaliação utilizado, e tendo em conta o conhecimento dos alunos de todo o seu processo de desenvolvimento ao longo das aulas foram os momentos de autoavaliação, estes momentos foram aprimorados ao longo do ano, pois num primeiro momento este era essencialmente verbal e com a turma toda, e numa fase posterior já ocorreu com a entrega de um folha onde os alunos tiveram a perceção de todos os parâmetros detalhados da avaliação que posteriormente eram “debatidos” individualmente com cada aluno. Este envolvimento contínuo do aluno nos processos avaliativos ajuda ainda, segundo Barbosa e Alaiz (1994b citados por Rosado, A. e Silva, C., n.d.) na prevenção

de comportamentos de indisciplina, assim o conhecimento destes critérios de avaliação permite uma adequação das ferramentas de avaliação por parte do professor.

Os momentos de avaliação enunciados até ao momento assumem uma enorme importância ao longo de todo o processo de ensino-aprendizagem, no entanto com o aproximar dos finais de cada período surgiu a necessidade de recorrer a outro tipo de avaliação, a avaliação sumativa. Esta “presta-se à classificação, mas não se esgota nela, nem se deve confundir com esta, podendo, evidentemente, existir avaliação sumativa sem classificação. A avaliação sumativa (como as restantes formas de avaliação) pode assumir uma expressão qualitativa ou quantitativa.” (Rosado, A. e Silva, C., n.d.) Assim, a avaliação sumativa possibilita a progressão ou a retenção do aluno no final do ano letivo.

Os momentos de avaliação sumativa foram estabelecidos no PAT, abrangendo não apenas a avaliação das diferentes matérias como também a nível da aptidão física como a avaliação de conhecimentos. Para estes momentos de avaliação foram utilizadas as tabelas de avaliação do GEF, onde estão contemplados os critérios de avaliação segundo os níveis estabelecidos pelos PNEF, Introdução, Elementar e Avançado, para a área de extensão das atividades físicas e desportivas.

Importa referir que nesta escola, no cálculo da classificação final as partes de níveis são consideradas apesar de estas não serem consideradas nos PNEF. No entanto, e tal como nos PNEF são seleccionadas as sete melhores matérias de seis categorias distintas, em que duas matérias são dos jogos desportivos coletivos onde os alunos tiveram um nível mais elevado, promovendo o ecletismo no processo de formação dos alunos.

Relativamente à área das atividades físicas e desportivas é de referir que as tabelas utilizadas pelo GEF remetem para uma valorização dos elementos que cada aluno consegue realizar nas diferentes matérias, visto que o nível de cada aluno é atribuído segundo um sistema de pontuação implícito nas tabelas (exemplo – Anexo F), possibilitando assim ao aluno realizar elementos de outros níveis mesmo sem que o aluno tenha conseguido realizar todos os elementos de níveis anteriores. Este facto contraria o que é descrito nos PNEF, pois nestes para que um aluno possa evoluir para o nível seguinte este tem obrigatoriamente de ter adquirido todas as competências do nível anterior, ou mais baixo.

No que diz respeito à área da Aptidão Física, tendo por base o Plano Curricular da disciplina na escola, o qual se baseia na bateria de testes do Fitnessgram, foram realizados o teste de força superior, ou de “extensões de braços”, o teste de força média, ou “teste de abdominais”, o teste de velocidade em 40 metros com partida de pé, o teste de resistência, mais concretamente o “teste do vaivém”, o teste de flexibilidade, ou teste do “senta e alcança”, e ainda o teste de coordenação, no qual o alunos tem que realizar o máximo de saltos à corda durante um minuto.

No que diz respeito à área dos conhecimentos no período de avaliação inicial e no final do primeiro e segundo períodos, foram aplicados testes escritos para a avaliação desta componente (testes realizados em anexo). Para a realização destes testes, as matérias foram selecionadas de acordo com os conhecimentos transmitidos ao longo das aulas. Devido aos fracos resultados obtidos pela turma, aquando a aplicação destes testes no primeiro período, para o segundo período foi realizado pelo NEEF um documento de apoio ao estudo (Anexo G), tendo o mesmo sido enviado para a turma com antecedência, para que os alunos tivessem mais uma base de apoio ao estudo, no entanto o facto de parte dos alunos não terem consultado o documento fez com as notas não fossem as esperadas, remetendo por esse motivo, para a necessidade de realização de uma aula de revisões, com o conteúdo/ matéria do teste.

Este tipo de aulas na minha perspetiva, visa a preparação para o teste assim como para um esclarecimento das possíveis dúvidas existentes. Relativamente ao terceiro período, foi solicitado a realização de um trabalho de grupo, o qual foi apresentado aos alunos e ainda enviado para o e-mail com o pretendido no mesmo sob a forma de guião de trabalho (Anexo H). Os grupos de trabalho da turma foram formados de acordo com as escolhas dos alunos, no entanto as datas de apresentação e os temas foram sujeitos a um sorteio (Anexo I). Estes trabalhos tinham ainda que ser apresentados à turma, através de uma exposição oral de dez minutos. Durante a mesma todos os elementos do grupo teriam que participar. No que diz respeito à avaliação dos trabalhos, esta consistia num conjunto de elementos essenciais à sua realização, nomeadamente à sua estrutura, organização, conteúdo, apresentação e escrita.

Os critérios inerentes à avaliação sumativa utilizados ao longo do ano letivo foram os inerentes à disciplina, estabelecidos no Plano Curricular da mesma, os quais se encontram descritos tabela que se segue:

Atividades Físicas		Aptidão Física	Conhecimentos
Objetivos do plano Curricular	Comportamentos e Atitudes		
45%	20%	20%	15%

Tabela 4- Critérios de avaliação

No caso da aluna que por motivos médicos esteve impedida de realizar a componente prática da disciplina, esta foi avaliada segundo os critérios de avaliação alternativos (tabela 5). Para que esta avaliação fosse possível de realizar e para que tivesse o maior número de elementos avaliativos possível, esta realizou para além dos testes de avaliação e do trabalho de grupo, um trabalho no primeiro período e dois no segundo. Foi-lhe atribuída ainda a responsabilidade de algumas tarefas ao longo das aulas de cariz organizativo, com o objetivo de facilitar a sua integração em contexto de aula prática.

Conhecimentos	Comportamentos e Atitudes
60%	40%

Tabela 5 - Critérios de avaliação alternativos

Deste modo, e de acordo com os regulamentos da escola foi possível cumprir com todas as avaliações estabelecidas ao longo do ano letivo, as quais tem ainda implícitas as avaliações intercalares de cada período, facilitando assim uma melhor regulação do processo ensino-aprendizagem de cada aluno, pois estes momentos eram ainda fundamentais para a entrega das avaliações formativas aos alunos.

Este tipo de ponderações avaliativas, nomeadamente os critérios estabelecidos pela escola não se encontram de acordo com o que está estabelecido nos PNEF, pois existe uma subvalorização da área da Aptidão Física, o que me leva a ponderar sobre uma revisão dos mesmos dentro no GEF, não apenas com o intuito de aproximar estes dos PNEF, como também tendo por base as Metas de Aprendizagem, enquanto documento mais recente na Educação Física.

Condução

No que diz respeito às decisões tomadas a nível do contacto direto com os alunos, ou seja, às diferentes tarefas desenvolvidas na relação direta com os alunos, em contexto sala de aula importa focar esta análise em alguns parâmetros, na minha perspetiva, essenciais ao bom desenvolvimento da dinâmica das aulas, assim esta análise nas questões organizativas da aula, aos momentos de instrução, ao acompanhamento das tarefas e observação das mesmas e à gestão do clima de aula e controlo da disciplina.

A primeira grande preocupação emergiu durante a etapa de AI, mais concretamente com a criação de rotinas organizativas. Para isso, foram estabelecidas diversas regras, como por exemplo o acordo com os alunos de um limite de tolerância máximo de cinco minutos desde a hora do toque de entrada até ao início da chamada. Outra grande preocupação durante esta etapa inicial, esteve relacionada com a definição de locais de preleção inicial e final, tal como a forma como os alunos se disponham nos diferentes espaços onde decorreram as aulas.

No que concerne aos momentos de preleção inicial importa ainda salientar o trabalho realizado, com o intuito de manter a atenção dos alunos, e não me alongar na explicação dos mesmos. Durante estes momentos, fui recorrendo a algumas estratégias, a primeira prendeu-se com o recurso a meios auxiliares de ensino, ou seja, um quadro branco onde eram dispostos os grupos de trabalho, as matérias a trabalhar nas aulas e os critérios dos exercícios das aulas. Outras estratégias utilizadas ao longo destes momentos foi o recurso ao questionamento e o recurso a palavras-chave.

O questionamento era utilizado na sua maioria com o intuito de perceber o grau de atenção dos alunos e grau de compreensão do que estava a transmitir. Relativamente ao recurso a palavras-chave estas e tal como refere Mesquita (1998, citado por Rosado e Mesquita, 2011) são essenciais na construção de representações cognitivas das tarefas, refletindo-se de forma positiva durante a realização das mesmas, sendo que estas palavras-chave tinham a função de estímulo para captar a informação essencial à realização das tarefas (Singer, 1978; Magili, 1993, citados por Rosado, A. e Mesquita, I., 2011).

Ainda referente à apresentação dos exercícios, dos gestos motores e das diferentes componentes técnicas inerentes às diferentes matérias importa ainda referir o

recurso à demonstração dos mesmos sendo que para esses momentos optei na sua maioria por recorrer à ajuda dos alunos, mais concretamente ao recurso a estes como agentes de ensino, focando sempre os critérios de êxito e os principais erros de realização dos mesmos. Importa ainda referir que segundo algumas pesquisas realizadas sobre este “domínio revelam que a apresentação do modelo do movimento pretendido permite diminuir o tempo de prática necessário para atingir determinado nível de performance em relação à prática efetuada na ausência da utilização prévia desta estratégia de apresentação” (Temprado, 1997, citado por Rosado, A. e Mesquita, I., 2011)

O facto de ao longo do ano ter existido uma simplificação no discurso direto com os alunos, nos momentos de transmissão de informação, facilitou a minha intervenção junto do 1º ciclo, onde lecionei duas aulas a alunos do 3º ano de escolaridade, incidindo a minha intervenção para o desenvolvimento de capacidades motoras básica e para a relação dessas habilidades com o manuseamento de bola, visto serem alunos com alguma dificuldade a nível motor.

Outra grande ajuda para o desenvolvimento desta capacidade de adaptação foi a realização de trabalho a tempo inteiro durante uma semana a tempo inteiro, onde fui confrontada por diferentes turmas com diferentes capacidades e diferentes ritmos de aprendizagem.

No que diz respeito ao acompanhamento ativo da aprendizagem e na observação das tarefas é de referir que existiu uma evolução positiva, pois enquanto que nas primeiras aulas o foco da minha atenção estava muito voltado para as questões organizacionais das aulas e para a recolha de informação, à medida que ia ganhando mais confiança esta atenção ia sendo mais voltada para o acompanhamento das tarefas, mais focada por esse motivo para o desenvolvimento das capacidades dos alunos.

Este acompanhamento das tarefas em parte foi realizado através da definição estratégica de estratégias de definição de prioridades de acompanhamento, tanto a nível do planeamento durante a realização das UE, como posteriormente a nível dos PA. Estas estratégias repercutiam-se de forma a orientar o meu deslocamento e intervenção durante a aula bem como a frequência de trabalho dessas mesmas matérias prioritárias. Apesar de o meu acompanhamento ser mais efetivo em determinadas estações referentes às matérias mais prioritárias para a turma, foi-se verificado ao longo das aulas uma evolução no sentido de que outras estações não tenham tantos comportamentos de

desvio. Tendo por isso desenvolvido uma preocupação mesmo estando “longe” em dar feedback e inteirar-me se os alunos estariam não só a realizar o exercício, como se o estavam a fazer da forma indicada, por isso raramente estive de costas para determinada estação. Este tipo de estratégia passou a ser mais evidente a partir do momento em que consegui dar maior autonomia aos alunos durante a aula.

O recurso ao feedback permitiu ainda uma melhor intervenção, pois o facto de este ser definido como um comportamento de reação que o professor tem perante o desempenho que o aluno apresenta perante o exercício que realiza, sendo que o principal objetivo deste é modificar essa resposta no sentido de aquisição ou realização de uma habilidade motora (Fishman & Tobey, 1978, citado por Rosado, A. e Mesquita, I., 2011). O feedback é realizado por isso através de um ciclo, ou seja, perante a realização de uma tarefa por parte do aluno o professor dá um feedback de carácter prescritivo, descritivo, avaliativo ou interrogativo, em seguida o aluno realiza novamente a mesma tarefa e o professor fecha o ciclo do feedback através de um novo feedback.

No decorrer das aulas importa salientar que na sua maioria os feedbacks transmitidos eram avaliativos, embora com o decorrer das aulas assumiam um carácter mais descritivo com o intuito de resultar em melhorias na prestação dos alunos.

No conjunto de questões relacionadas com a relação entre o clima de aula e a disciplina surgem algumas questões que têm sido alvo de reflexão e que foram alvos de discussão entre o grupo ao longo das reuniões de estágio, pois não existia um balanço positivo entre as duas. Sendo que a disciplina é um dos fatores de maior reflexão ao longo dos balanços realizados das etapas. Pois no que diz respeito à disciplina da turma, que apesar de não se tratar de uma turma indisciplinada, apenas apresenta alguns comportamentos de desvio por parte de alguns alunos e uma capacidade de se concentrarem em momentos de preleção muito baixa, resultando por vezes numa preleção mais alongada, uma vez que é difícil manter a capacidade de concentração durante as preleções, devido ao facto de estar constantemente a ser interrompida. As estratégias neste âmbito foram a modificação do tom de voz e da entoação a falar, o recurso ao apito, a implementação de questões de avaliação, “castigos” aliados ao treino da condição física, troca de elementos de grupos de trabalho, mesmo que sejam grupos de diferentes níveis, impedir os alunos de continuarem a realizar a aula. Estas estratégias foram alcançando o impacto desejado, resultando em melhorias do comportamento da turma.

No que diz respeito aos métodos de organização das tarefas da aula, foram essencialmente desenvolvidas através de uma organização por estações, sendo que cada uma das aulas tinha sempre presente mais do que uma matéria. Este tipo de ensino permitiu sempre manter os níveis de empenho e motivação dos alunos elevados, justificado pelo facto de existir um equilíbrio entre um desporto individual e um desporto coletivo na mesma aula.

Outro estilo de ensino bastante utilizado foi o massivo, ao qual recorri com maior frequência para o treino das diferentes capacidades físicas a desenvolver ao longo do ano. Este tipo de ensino foi ainda utilizado para a introdução de novas matérias, como foi o caso da introdução da corrida de estafetas. Também para o ensino da dança foi utilizado este tipo de organização da turma, nesta matéria foi ainda bastante verificada a utilização de alunos como agentes de ensino, facilitando a minha intervenção junto dos alunos com maiores dificuldades nesta matéria.

No que diz respeito à promoção de autonomia dos alunos este foi um processo bastante demorado no que concerne ao seu desenvolvimento. Este processo desenvolve-se em três fases, i) o professor deve ser o primeiro a dar o exemplo, ii) o aluno deve estar ao lado do professor e acompanhá-lo na tarefa pretendida, iii) o aluno realiza o pedido pelo professor apenas com algumas dicas por parte do mesmo, iv) o aluno realiza de forma autónoma a tarefa pedida. Tal como já referi, um exemplo dessa conquista é o aquecimento que nas primeiras aulas era o professor que realizava o aquecimento, mais tarde fez-se acompanhar de um aluno na sua realização, e até ao final desta etapa os alunos já realizam a tarefa de forma autónoma.

Área 2 – Investigação e Inovação Pedagógica

Com o intuito de desenvolver competências no âmbito da participação em estudos e projetos de investigação relacionados com o contexto escolar, no decorrer deste ano de formação e de acordo com o que está estabelecido no Guia de Estágio, uma das tarefas a desenvolver ao longo do ano letivo é a elaboração de um estudo. Assim, e devido ao facto deste NEEF já possuir algumas bases de investigação ligadas aos fatores inerentes ao sucesso académico dos alunos, foi opção dar continuidade ao estudo realizado no ano anterior, com o objetivo de ser um estudo de continuidade. Para a concretização do mesmo é de referir que contamos com o auxílio e com a orientação de um doutorando da Faculdade de Motricidade Humana, o qual esteve a desenvolver um estudo na escola onde nos encontramos a estagiar.

Partindo das mesmas premissas do estudo realizado em 2012/2013, sendo que este estudo visa averiguar a evolução/modificação destas variáveis após um ano letivo com a mesma amostra, na mesma escola com as mesmas condições, iremos por isso abordar os fatores intrínsecos, nomeadamente no modelo de processamento cognitivo PASS (Planificação, Atenção, processamento Simultâneo e processamento Sucessivo), de acordo com o Sistema de Avaliação Cognitiva (SAC), é considerado como algo dinâmico e não como uma capacidade ou habilidade estática (Carlson & Das, 1997, Das e cols., 2001, Das, Kar & Parrila, 1996, Das & Kendrick, 1997, Das & Naglieri, 1997, Das, Naglieri & Kirby, 1994, Das, Parrila & Papadopoulos, 2000). Assim, o objetivo primordial prendeu-se com a verificação da influência dos processos cognitivos, o planeamento e atenção, perante a obtenção de sucesso académico.

Os resultados obtidos neste estudo permitiram verificar grandes alterações no que diz respeito ao scores médios obtidos nas diferentes variáveis de sucesso e de insucesso tanto para o planeamento como para a atenção, o que em comparação ao ano transato nos remete para um desenvolvimento maturacional dos próprios alunos, tendo ainda sido verificado um elevado nível de significância entre as variáveis de sucesso e insucesso escolar e os processos cognitivos de atenção e de planeamento.

Partindo da análise dos dados obtidos em ambos os estudos, podemos constatar que existe uma relação significativa entre os processos cognitivos da atenção e do planeamento e o sucesso escolar, sendo por isso fatores preponderantes para obter boas classificações nas disciplinas de Português e Matemática. É por isso fundamental trabalhar os processos cognitivos dentro e fora do contexto escolar, principalmente nos

mais jovens, uma vez que a aquisição de conhecimentos é mais facilitada e a relação entre os processos cognitivos e o sucesso escolar é tanto maior quanto menor for a idade do indivíduo e o nível escolar. Relativamente à Educação Física, denota-se também um papel preponderante ao nível do planeamento, sendo que na atenção não é possível retirar ilações, uma vez que os dados obtidos em ambos os estudos são díspares.

Os resultados inerentes às diferenças entre os géneros, os processos cognitivos e o sucesso escolar, podemos afirmar que apesar de na comparação entre os dados obtidos em ambos os anos, existe um aumento bastante significativo os scores obtidos no planeamento e na atenção em ambos os géneros, sendo que o género feminino apresenta scores médios mais elevados, comparando com o género masculino. No entanto os resultados obtidos remetem para inexistência de uma relação entre estas variáveis.

Para a apresentação do estudo à comunidade escolar optamos por recorrer a uma nova ferramenta, ou seja, optámos por recorrer à elaboração de uma apresentação em formato Prezi mantendo por isso uma boa dinâmica entre os três estagiários ao longo da mesma.

A introdução do tema fez-se através da definição de sucesso e insucesso escolar, os diversos fatores que podem influenciar estas duas premissas, a definição da classificação desses fatores inerentes à relação direta ou indireta com o indivíduo, a clarificação do modelo de processamento a que recorreremos, a clarificação dos conceitos de planeamento e de atenção. Após toda a apresentação dos diferentes conceitos mencionados anteriormente procedemos a uma explicação de toda a metodologia a que recorreremos desde a escolha da amostra até ao processo de análise estatística, em seguida seguiu-se a apresentação dos resultados confrontando-os com os resultados obtidos no ano transato e com a bibliografia sobre o tema. Na parte final desta apresentação foram ainda introduzidas algumas estratégias para o desenvolvimento destes processos cognitivos. As estratégias apresentadas estavam relacionadas não apenas com estratégias a aplicar dentro da sala de aula como também fora da sala de aula.

Dentro da sala de aula as estratégias estão relacionadas tanto com o professor como com o aluno, pois as estratégias a aplicar estão relacionadas com o modo como o professor gere a formação de grupos de trabalho, o modo como este expõe os conteúdos programáticos e a transmissão de informação ao aluno, o modo como este chama à

atenção um aluno, a promoção de debates, o modo como apresenta os diferentes “problemas/exercícios” aos alunos, entre outros.

Fora da sala de aula, o desenvolvimento destes processos cognitivos pode ser bastante potenciado através da elaboração de jogos de memória, resolução de labirintos ou quebra-cabeças, jogos estratégicos, construção de puzzles.

Em termo de conclusão é de referir que no decorrer da realização desta investigação foi-me possível um alargamento de conhecimentos ao nível da prática referente à análise de dados estatísticos, mais concretamente através do recurso ao programa do SPSS.

A pertinência deste estudo prendeu-se ainda com o facto de uma melhor compreensão a nível dos processos cognitivos de atenção e de planeamento, levando a uma reflexão mais detalhada sobre as estratégias a que posso recorrer enquanto professora de Educação Física com o intuito de manter um maior foco atencional dos alunos e quais as estratégias a que posso recorrer com o intuito de levar o aluno a refletir sobre as diferentes estratégias a aplicar perante as diferentes tarefas da aula. Estes estudos são ainda bastantes pertinentes no sentido de procurarem uma maior compreensão do processo ensino-aprendizagem potenciando este processo ao máximo.

Área 3 – Participação na escola

A participação no desporto escolar

O Desporto Escolar aparece como uma oferta que as escolas têm como estratégia de combate ao insucesso e abandono escolar, promovendo a inclusão dos alunos. Este tem ainda o intuito de promover nos alunos hábitos de vida saudável e a formação integral dos mesmos em idade escolar, através da prática de atividades físicas e desportivas, contribuindo ainda para o desenvolvimento desportivo a nível Nacional.

A coordenação do Desporto Escolar envolve uma estrutura a nível central ou nacional, regional e local. A nível local, o Desporto Escolar é organizado pelo órgão de gestão e administração de cada escola, existindo um Coordenador do Clube de Desporto Escolar e um Presidente do Clube de Desporto Escolar que, no caso do Agrupamento de Escolas Amadora 3. A Escola Secundária Fernando Namora, enquanto escola inserida no Agrupamento de Escolas Amadora 3, este ano letivo participa no Desporto Escolar através dos núcleo de Basquetebol, Badminton, Voleibol, Futsal, Ginástica, e esta faz parte da Direção Regional de Lisboa e Vale do Tejo, e especificamente na zona Amadora/Oeiras/Cascais.

Como já possuía competências no treino de basquetebol, pois já exerci o cargo de treinadora tal como a função de treinadora adjunta, pareceu-me fundamental que ao longo deste ano tentasse fazer o *transfer* de conhecimentos, visto ser um contexto diferente ao que estava habituada. Esta escolha foi tomada, pelo NEEF/ESFN, com base nos horários dos treinos dos núcleos, e a sua compatibilidade com os nossos horários, tanto na escola como na faculdade.

Este acompanhamento foi importante na minha formação, dado que melhorei o meu conhecimento na modalidade, quer ao nível técnico-tático, quer ao nível do planeamento e da condução da modalidade. Assim, ao longo do ano letivo consegui perceber como se processa a atividade do Desporto Escolar na sua vertente organizativa (inscrições, regulamento, transportes, calendarização das atividades, autorizações para os Encarregados de Educação, entre outros), tendo o contato com o professor responsável, com o de ambos os coordenadores do Desporto Escolar do Agrupamento de Escolas que parece este acaba por ser um cargo que se deixa também repleto de processos burocráticos.

a) A divulgação

Sendo esta uma equipa criada de raiz, tornou-se bastante pertinente que a divulgação fosse potenciada ao máximo para que existisse uma máxima captação de interessados. Assim o processo de divulgação para além de ocorrer através da sensibilização dos professores de Educação Física do Agrupamento de Escolas Amadora 3, foi também realizado um cartaz, que se encontra em anexo, com as informações mais pertinentes, como os dias e horários de treino da equipa. Apesar da estratégia utilizada poderia ainda ter sido utilizada era a divulgação pelo site do agrupamento, tal como a transmissão desta informação no dia de receção aos alunos, no entanto esta última apenas se pode concretizar caso a definição das modalidades de desporto escolar no agrupamento. No caso da divulgação aos Encarregados de Educação, pois o conhecimento destes pelas diferentes modalidades, aliadas ao conhecimento dos gostos dos educandos, com a benêfice de o desporto escolar ser de carácter totalmente gratuito pode consistir num fator motivacional e de apoio para os educandos, podendo ainda fazer com que exista um maior acompanhamento dos Encarregados de Educação à componente não letiva dos educandos. No entanto importa referir que a adesão à modalidade foi bastante positiva, aumentando de treino para treino ao longo das 3 primeiras semanas e posteriormente estabilizando nos 15 atletas, dos quais 2 não podiam competir devido à idade, pois ambos já tinham uma idade superior à do escalão de competição.

A equipa, tal como referido anteriormente, foi então constituída por 15 alunos da Escola Secundária Fernando Namora (ESFN) e da Escola Sophia de Mello Breyner Anderson (ESMB), escolas constituintes do agrupamento de Escolas Amadora 3 (o qual dá o nome à equipa).

b) O Planeamento

A realização do Projeto de Acompanhamento do Desporto Escolar, no qual foram explícitos os objetivos gerais e individuais, as estratégias de formação individual bem como o delineamento do planeamento anual da atividade do Desporto Escolar constituiu-se como uma peça importante para me orientar neste acompanhamento, no entanto o facto de não existir um documento que formalizou este trabalho fez com que a intervenção realizada fosse de acordo com o calendário competitivo e com os horários de treino.

No que diz respeito aos horários de treino da equipa, este manteve-se sem alterações, ou seja, 2 treinos por semana, à terça-feira e à quinta-feira, das 17 horas às 18h30 e das 17 horas às 17h45, respetivamente. Durante o todo o ano letivo importa apenas referir que não se realizaram 2 treinos devido a questões de logística do pavilhão, ou seja, o mesmo não esteve em condições para a prática desportiva. Assim, encontra-se em anexo o calendário onde se encontram apresentados os dias de treino realizados durante todo o ano letivo assim como os diferentes momentos de competição.

No que diz respeito ao planeamento, e tendo em conta o facto de este ter por base o quadro competitivo, o qual será explicado pormenorizadamente em seguida, foi realizada uma análise sobre as capacidades dos atletas a nível individual e no modo como se comportavam enquanto equipa, tornando assim possível o estabelecimento de metas a nível coletivo e individual.

O diagnóstico da equipa e o trabalho realizado ao longo dos treinos

Na primeira impressão com a equipa pude observar que se tratava de uma equipa com poucos fundamentos básicos do jogo, pois os alunos, à exceção de dois, nunca tinham praticado esta modalidade em modelo de treino e consequente competição, assim sendo o primeiro objetivo pretendido foi a desmontagem do jogo anárquico.

Para que essa desmontagem fosse realizada de um modo simplificado e de modo a aproveitar o facto de serem alunos que têm uma resistência e velocidade características da modalidade, foram impostos alguns exercícios com o intuito assim como o condicionamento do drible. Ainda para que esta desmontagem fosse de fácil perceção, a procura dos exercícios procurou sempre a promoção do jogo reduzido e situações de superioridade numérica.

A primeira grande definição foi a dos corredores, um central e dois laterais, sendo que o central era para o transporte da bola e os laterais para a corrida dos jogadores sem bola, potenciando não apenas a profundidade ao jogo como também o espaço entre os jogadores, ou largura.

Após a definição dos corredores, o pretendido era a adaptação de uma estratégia de jogo às características próprias dos alunos, nomeadamente o facto de saltarem muito e correrem muito, optou-se por isso na iniciação ao jogo através de transições da defesa para o ataque, iniciando esta transição na fase de ressalto e aproveitando para introduzir a primeira linha de passe com consequente ocupação dos corredores até ao ataque.

Este tipo de exercício permitiu não apenas que a equipa conseguisse em situação de jogo de forma mais rápida, como também cada um dos alunos fosse capaz de “lutar” pelo ressalto.

A aplicação de situações de superioridade numérica ao longo dos treinos fez com que os alunos evoluíssem no sentido de transpor para situações de jogo uma maior largura ao mesmo, sendo que o jogador sem bola já se afasta do portador de bola, assim como permitiram uma fácil introdução do passe e do corte, isto numa fase posterior que evoluiu numa última fase para o sistema de jogo de 5 abertos.

No que diz respeito à defesa foram aplicadas algumas regras com o intuito de melhorar a noção de defesa homem a homem de cada um dos alunos tal como promover um sentido de responsabilidade individual para os momentos de competição. Assim, as regras aplicadas foram:

1. Cada um defende o seu – no treino esta regra era aplicada pela definição prévia de quem defende quem
2. O defesa tem sempre que estar de costas para o cesto que defende
3. Nenhum atacante poderia estar mais perto do cesto que o defensor
4. O defesa tem sempre que ver o seu atacante e a bola.

O desenvolvimento da técnica individual

Visto se tratar de uma equipa com pouco conhecimento técnico teve que se encontrar um momento específico para treinar esta componente característica da modalidade, sendo que este momento passou a ser o aquecimento. Assim, foi criado um circuito que incluía para além do treino da técnica de drible, as diversas mudanças de direções e os diferentes tipos de lançamento, nomeadamente na passada e parado. No entanto, é ainda necessário abordar com o grupo os diferentes tipos de lançamento na passada, com o intuito de potenciar um maior desenvolvimento a nível de técnica individual.

No que diz respeito à técnica de lançamento em si, e visto o tempo de treino ser consideravelmente reduzido, apenas temos vindo a corrigir pormenores, como por exemplo a posição dos pés ou a pega da bola, mas este continua a ser uma técnica que merece ser alvo de mais trabalho, apesar dos hábitos que estes alunos já adquiriram da falta de treino específicos e dos jogos entre amigos.

c) Condução

O facto de a minha formação coincidir com o treino na modalidade de basquetebol e de já possuir uma experiência neste âmbito do treino (que embora ligada a uma equipa federada, o contexto dessa equipa inseria-se numa componente de escola e estava inserida nas atividades extra curriculares da mesma), fez com que a minha participação e do meu colega a nível da condução fosse total, ou seja, não apenas éramos responsáveis pela organização da sessão como da escolha dos exercícios. Assim, e tendo em conta que as sessões tinham durações diferentes optámos por um gestão diferente entre as sessões com o intuito de mantermos o máximo de motivação nos atletas, ou seja, ambos os tipos de sessões eram finalizados com situações de jogo, embora existisse uma variação do número de exercícios entre os treinos, não apenas dependendo da duração de cada exercício como de fatores diretamente relacionados com os atletas, criando assim uma rotina e um leque variado de exercícios para o conhecimento dos atletas.

Aproveitando o facto da total responsabilidade das sessões de treino, sendo que antes de cada uma dessas sessões tínhamos que explicar a lógica e o intuito de cada um dos exercícios ao nosso orientador, visto ser ele o professor responsável pela modalidade, optámos por menos exercícios de cariz técnico, pois a parte técnica é sempre parte integrante de todos os outros exercícios de situações de jogo, e mais exercícios de cariz tático com o intuito de fomentar o jogo de equipa e da técnica coletiva. Assim, na escolha dos exercícios estavam sempre presentes a componente técnica, como a realização do passe correto, o drible e o lançamento, a componente tática, aliada às decisões de jogo do jogador com bola e sem posse de bola, a componente de treino das capacidades físicas, não apenas características do próprio exercício como posteriormente à realização do mesmo. Os exercícios mais técnicos eram apenas utilizados em momentos de aquecimento e de forma desafiadora para os alunos.

Ao longo das diferentes sessões de treino foram estabelecidas regras com o intuito aproximar ao máximo de um treino, como por exemplo o facto de o apito ser sinal que algum dos professores/treinadores queria falar, e de os atletas terem que respeitar esses momentos. Para além deste tipo de regras foi criada uma rotina de início e término do treino, ou seja, no início os atletas à medida que iam chegando pegavam numa bola e começavam a lançar e essencialmente descarregavam energias para que se acalmassem um bocado. No que diz respeito ao final do treino, cada jogador era responsável por pendurar o seu colete e já sabiam que não podiam lançar mais ao cesto.

No entanto a condução do desporto escolar e a responsabilidade de ter uma equipa deste género não passa apenas pela condução do treino, mas também por toda a coordenação de toda a burocracia envolvente. Apesar dos locais e datas de competição serem definidos na reunião dos núcleos com o Coordenador Regional, existe um leque de tarefas a realizar para a inscrição da equipa e dos jogadores. Assim, as tarefas consistiram em:

- a. Distribuição das fichas de inscrição dos jogadores e estabelecer prazos de entrega dos mesmos, garantindo assim a inscrição a tempo de todos os jogadores (em anexo)
- b. Participação na reunião de coordenação da modalidade e marcação do encontro realizado no agrupamento de acordo com a disponibilidade do pavilhão da escola
- c. Confirmação da inscrição dos atletas todos junto do coordenador do desporto escolar do agrupamento
- d. Pedido de transportes para as diferentes deslocações e confirmação dos mesmos com o coordenador do desporto escolar do agrupamento
- e. Entrega das autorizações de deslocação e participação para cada um dos encontros (autorizações em anexo)
- f. Garantir que os equipamentos estão disponíveis para as datas dos encontros

À semelhança da condução dos momentos de treino, também a condução os momentos de competição era da nossa responsabilidade, sempre supervisionados pelo orientador. Durante os mesmos eramos responsáveis pela escolha dos jogadores a entrar em cada uma das partes, as substituições durante os jogos, os pedidos de descontos de tempo e as diferentes palestras realizadas no decorrer dos minutos antes do apito inicial, descontos de tempo e intervalos, tornando-se por isso numa experiência bastante proveitosa tanto para mim, como para os atletas, visto ser conhecedora da modalidade, das diferentes regras, transmitindo calma e explicando aos atletas todas as regras da modalidade, assim como a visão de jogo enquanto jogadora e como treinadora da modalidade. Ao longo dos mesmos foram transmitidos ao máximo valores como o *fair-play* desportivo e o companheirismo em campo, assim como a aceitação pelas decisões tomadas pelos árbitros.

A formação desta equipa, ou seja, a criação deste projeto prevê uma continuidade do mesmo durante o próximo ano letivo, pois a preparação das equipas não se deve restringir somente a um ano letivo, mas deverá sim, ser uma visão projetiva dos anos seguintes. Este pensamento está em concordância com aquilo que se projeta para a

Educação Física através da concretização de planeamento Plurianual. Assim, o investimento nestes alunos tem como objetivo primordial ser realizado até a conclusão dos mesmos do ensino secundário. Para além disso, à medida que forem progredindo estes podem servir de modelos para os alunos mais novos, facilitando a renovação das equipas. A meu ver este núcleo de basquetebol tem neste momento uma base bastante sustentada e deverá, num futuro próximo, apostar numa forte divulgação do seu trabalho e recrutar mais alunos para que seja dada continuidade ao mesmo e assim abranger novos escalões e quem sabe a formação de equipas femininas.

d) O clima de treino

Este fator foi preponderante para o sucesso do grupo equipa ao longo do ano letivo, uma vez que se tratava de um núcleo novo no desporto escolar, torna-se por vezes difícil recrutar elementos suficientes e mais ainda mantê-los assíduos ao longo do ano letivo.

No entanto este foi um dos pontos mais fortes nesta equipa, uma vez que se conseguiu alcançar uma média bastante positiva de presenças aos treinos ao longo do período letivo, através de uma boa relação professores-alunos, alunos-alunos e alunos-matéria.

A relação alunos-alunos foi algo mais fácil de conseguir, visto que alguns deles já se conheciam fora do contexto do desporto escolar e por conseguinte traziam já amizades e assim era mais fácil integrar os restantes alunos, no entanto este facto foi preocupação constante no planeamento e na condução do processo, procurando criar exercícios que beneficiam a utilização de todos de modo a ter sucesso, procurando a valorização do grupo em detrimento da valorização pessoal e através do feedback também ele mais focado no sucesso do grupo do que no pessoal.

Outro facto que foi indispensável para o sucesso do grupo-equipa foi a relação professores-alunos, que desde cedo se tornou uma relação com bastante respeito mútuo, mas no entanto bastante pessoal, tendo sempre preocupações com o bem-estar dos alunos, o seu sucesso académico e a sua motivação, sendo que se notava facilmente a boa relação entre todos.

Por último destaco a evolução da relação aluno-modalidade, visto que esta foi crescente ao longo do ano letivo, muito derivado do supramencionado, mas também da sua evolução técnico-tática na modalidade, o que leva a um aumento do seu rendimento

e por conseguinte melhora o gosto pela mesma. Também nesta vertente existiu uma preocupação no planeamento e metodologia de treino utilizada, sendo que uma das grandes premissas era a criação de tarefas motivantes que elevem o gosto pela modalidade.

Destaco assim como fatores mais benéficos a integração de alguns alunos pertencentes neste grupo-equipa em equipas federadas, assim como o facto de muitos deles se começarem a juntar em grupos, fora do horário de aulas/treinos com o intuito de irem treinar basquetebol.

Ação de intervenção na escola

Um dos desafios encontrados perante o estágio pedagógico estava relacionado com a realização de uma intervenção dentro do contexto da escola com o objetivo de proporcionar uma ação de formação organizada pelo NEEF, assim, aliado ao facto de estar provado um aumento da obesidade a nível dos adolescentes e ao facto do estágio pedagógico estar inserido num contexto escolar com estas características etárias, o grupo escolheu como tema “a importância da regulação do peso corporal na adolescência”. Assim, esta intervenção visou não apenas uma chamada de atenção para as alterações comportamentais a nível dos hábitos alimentares que ocorrem ao longo da adolescência assim como alertar os mesmos para os diferentes a consciencialização deste grupo etário para a promoção de hábitos alimentares mais saudáveis, introduzindo ainda a alimentação vegetariana nas suas diversas formas.

O período da adolescência é um período marcado pelas inúmeras modificações, sendo estas desde modificações físicas, sociais e psicológicas, sendo que “todas as transformações da adolescência têm efeito sobre o comportamento alimentar, influenciado por fatores internos, autoimagem, necessidades fisiológicas e saúde individual, valores, preferências e desenvolvimento psicossocial; e por fatores externos, hábitos familiares, amigos, valores e regras sociais e culturais, mídia, modismos, experiências e conhecimentos do indivíduo” (Farthing, 1991, citado por Gambardela, A., Franch, C., Frutoso, M., 1999)

Assim, e tal como é referido anteriormente, “as preferências alimentares infantis são determinadas fundamentalmente pelo critério “gostar ou não gostar”. Já as atitudes dos jovens face aos alimentos implicam fatores bastante mais complexos que interagem entre si de forma integrada. As razões que os levam a consumir este ou aquele produto relacionam-se com as qualidades intrínsecas do mesmo (como ser ou não saudável, ser ou não natural, ser gostoso, ter aspeto atraente, etc.), com as consequências do seu consumo no evoluir do peso corporal, e ainda com as influências sociais decorrentes da observação dos modelos juvenis, com hábitos de vida que facilitam ou estimulam o consumo de este ou aquele produto, e com antecedentes relativos às preferências quando criança e com as influências familiares (Murcott, 1996; Stafleu, Van Staveren, De Graff, Burema, & Hautvast, 1996, citado por Guimarães, M., Santos, P. & Viana, V., 2008)

A ideia de que a sociedade é bastante influenciadora deste padrão pois, e tal como refere Chapman e MacLean (1993, citado por Guimarães, M., Santos, P. & Viana,

V., 2008), às diferentes situações do quotidiano são associadas um tipo de comida característica para os adolescentes, exemplo disso é o facto de estes associarem as refeições classificadas como saudáveis aos momentos de maior controlo, onde maioritariamente se encontram junto da família e associarem as comidas menos saudáveis a momentos de maior independência como em refeições com os amigos. Assim, estes autores consideram este tipo de alimentação à expressão de independência e de adesão a grupos, e o que pode ser a “chave” para um maior desenvolvimento positivo a nível psicossocial acarreta também o fator de ser menos saudável.

Atendendo a estas premissas foi desenvolvida uma ação de sensibilização com o intuito de levar os alunos a perceberem o papel da alimentação e dos nutrientes na regulação do peso, confrontando o seu significado ao nível do que ingerimos e o dispêndio energético que temos diariamente.

A dinâmica consistiu em preparar uma apresentação direcionada essencialmente para os alunos, focando a realidade alimentar dos jovens de hoje, a influência da evolução nos hábitos alimentares, o que estamos a falar quando referimos a expressão calorias ou quilocalorias e quais as recomendações de ingestão em função da altura e género, os macronutrientes mais presentes na alimentação, quais as suas funções e quais são as suas representações mais e menos saudáveis na alimentação, como se deve analisar o rótulo de um alimento, exemplos de dietas menos saudáveis e mais saudáveis e por fim a apresentação da alimentação vegetariana. Neste último tópico fomos auxiliados por um colega de estágio “expert” no vegetarianismo, pedindo por isso que ele referisse os motivos que o levaram a optar por este tipo de alimentação e os pros e contra da mesma.

Esta ação teve uma afluência por parte dos alunos bastante considerável, sendo de referir o facto de estes terem intervindo de forma pertinente, o que possibilitou ainda durante a fase final a realização de um pequeno debate de ideias sobre o vegetarianismo. Nesta intervenção assistiram ainda duas professoras, as quais transmitiram um feedback bastante positivo da mesma.

Área 4 – Relação com a comunidade

O facto de ao longo de todo o ano letivo ter acompanhado a direcção de turma permitiu um melhor conhecimento sobre todas as tarefas que o Diretor de Turma (DT) desempenha assim como as tarefas do mesmo, as quais podem a meu ver ser classificadas em exigentes, complexas e fundamentais no que diz respeito ao processo educativo dos alunos em prol da obtenção do sucesso dos mesmos. Assim, para um melhor acompanhamento à direcção de turma tornou-se bastante pertinente compreender o papel que o DT e as funções que este desempenha dentro da comunidade escolar.

No que diz respeito ao papel do DT este é encarado como o papel de um líder, pois este é de certo modo o líder junto do Conselho de Turma (CT) e assim, um órgão de orientação educativa que articula a sua ação com o Conselho Pedagógico e restantes órgãos de gestão de administração e adquire assim uma posição estratégica e privilegiada no contacto entre estes e restantes membros da comunidade educativa (Encarregados de Educação, EE, alunos, professores e órgãos sociais). Esta ligação é estabelecida formalmente através de reuniões do Conselho de Diretores de Turma, presididas pelo Coordenador dos Diretores de Turma, e apesar de ter sido um momento que não presenciei, podendo porém afirmar a presença em momentos de esclarecimento de algumas questões junto da Coordenadora, através da leitura dos regulamento interno das escola tomei conhecimento que se trata de reuniões onde são definidas as linhas gerais de atuação deste órgão para o ano vigente.

Relativamente às tarefas administrativas que o DT realiza ao longo do ano é de salientar o facto de estas se iniciarem antes do início do ano letivo, mais concretamente antes da primeira reunião do CT, com a análise dos processos de cada um dos alunos. O acompanhamento permitiu o conhecimento não apenas das características da turma, antes do conhecimento dos próprios alunos. Este processo foi ainda facilitado pelo facto da DT já conhecer a turma e pelo facto de ser o terceiro ano a acompanhar a turma enquanto DT da mesma, focando assim a análise dos processos aos alunos que integraram a turma pelo primeiro ano. Esta análise permitiu ainda organizar e catalogar os processos dos alunos, tal como fazer uma caracterização da turma em geral. A recolha deste tipo de informação torna-se bastante relevante pois possibilita aferir o tipo de intervenção que pode ser necessária e onde esta terá ação. Assim podemos definir estratégias programando intervenções caso seja necessário. No entanto é de salientar que o trabalho burocrático não se limita a este tipo de lida e em pouco tempo fui

percebendo a quantidade de tarefas a desempenhar. Estas inúmeras tarefas, apesar de facilitadas através do programa Inovar, proporcionam que todo o tipo de informação possa ser sistematizada e processada de maneira a disponibilizá-la a toda a comunidade educativa, A marcação, justificação e controlo de faltas diário, a análise de participações disciplinares, o acompanhamento constante das informações sobre cada aluno mantendo através do encaminhamento de e-mails aos encarregados de educação ou de cartas (quando os encarregados de educação não possuem e-mail), a preparação de reuniões de conselho de turma, a organização do dossier de turma, o qual tem presente as informações relativas a justificações de faltas, registos de contactos de qualquer tipo e registo de reuniões extraordinárias com encarregados de educação e ainda atas das várias reuniões de EE e do CT (as quais pude auxiliar na concretização dos mesmos documentos) e o eventual contacto com instituições sociais são algumas das inúmeras tarefas com as quais me fui deparando durante o acompanhamento realizado à DT. Deste modo com o intuito de não se atrasar e sobrecarregar no meio de tantas tarefas, o horário da DT incorpora uma hora para atendimento aos EE e uma para tarefas burocráticas, que por vezes é insuficiente para as mesmas e com as quais, a meu ver, tornaria a tarefa de DT mais exaustiva e sem capacidade de resposta para todas as tarefas exigidas. Contudo com o seu perante a elevada assertividade e perseverança, a Diretora de Turma do 9º1 acabou por resolver as inúmeras tarefas com que se deparou no ano vigente com grande capacidade.

A capacidade de resposta de um DT a tarefas burocráticas está, assim, intimamente relacionada com uma boa capacidade de planeamento e organização. Não esquecendo que antes de serem DT são indivíduos com as suas agendas pessoais, é premente que exista uma grande capacidade de articular os vários aspetos da vida pessoal e profissional, que, com certeza, não se encerram nas tarefas de DT.

No que diz respeito às reuniões de CT é de salientar o facto de estas serem previamente bem organizadas e estruturadas, fazendo sobressair o contacto constante estabelecido entre a DT e os restantes professores da turma. Assim, durante as reuniões de CT fez-se denotar a maneira como a DT conduz a sua relação com os restantes professores, sendo que em todas as reuniões foi indispensável uma lembrança para os restantes colegas (e.g. chocolates, chá, etc...). Apesar disso, as sessões tiveram como objetivo primordial a ordem de trabalhos, sendo a atenção desviada para a estima apenas quando já tratada grande parte da ordem de trabalhos. Na preparação burocrática das diferentes reuniões de salientar que para além do número considerável

de tarefas que são necessárias, desde o levantamento de todas as faltas de cada um dos alunos, o levantamento de todos os momentos de estabelecimento de contato com os encarregados de educação, o levantamento das atividades ou projetos em que participou cada aluno não deixa de existir uma ponderação estratégica sobre o desenrolar da mesma. Esta preparação e ponderação demonstra não só preocupação com o desenrolar da ordem de trabalhos, mas também, sobre a afetividade para com, e entre, os colegas de CT e parece-me que se trata de uma estratégia bastante eficaz aquando da condução da reunião, pois permite uma alteração entre momentos de concentração e momentos de alguma descontração e informalidade. Assim, faz com que a reunião seja menos monótona e permite por vezes recuperar a atenção de colegas que já estejam fora do debate. Por último, importa ainda referir que é notório a consideração que a professora Helena tem pelos colegas, sendo esta recíproca.

No estabelecimento da ligação entre a família dos alunos e a escola, é importante referir que essa tarefa é atribuída ao DT, que de acordo com o artigo 46º do Regulamento Interno (2012) é responsável pela transmissão de informação aos pais e EE, nomeadamente informações referentes aos seus educandos. Estas informações são mais em concreto referentes à integração dos alunos na comunidade escolar, ao aproveitamento escolar, às faltas a aulas e às atividades escolares. O facto de existir um contacto regular com os EE, resultado de um trabalho de constante preocupação com o percurso escolar e situação de cada um dos alunos, facilitado em parte pelo sistema de comunicação do programa inovar que permite à diretora de turma enviar diariamente as ocorrências nas diferentes disciplinas ao longo do dia por *e-mail* ou por carta (no caso dos EE que não possuem *e-mail*), no entanto este trabalho por vezes não é correspondido por alguns encarregados de educação. Importa ainda salientar a perseverança característica desta DT, a qual auxiliei no contacto à proteção de menores, no caso específico de uma aluna, identificando a negligência parental da EE. O facto de a DT estabelecer a ligação entre o meio familiar e a escola faz com que exista uma grande responsabilidade acrescida nesta tarefa, tal como uma grande carga emocional e psicológica pode por vezes tornar este trabalho um bocado cansativo, no entanto importa salientar a capacidade de resiliência que a DT. Apesar das inúmeras tarefas burocráticas aliadas à tarefa da DT, importa salientar que o verdadeiro interesse do aluno é defendido, sendo por isso acompanhado por esta de uma forma atenta e sempre presente. Sendo este o terceiro ano enquanto DT desta turma, conhecendo por isso as características de muitos dos alunos tal como de grande parte dos EE é bastante notável que apesar do à vontade com que estabelece o contacto com os mesmo, existe uma adequação do

discurso para com estes existe uma postura preventiva relativamente ao comportamento, empenho e sucesso dos alunos, alertando sempre os EE para a necessidade dos seus educandos se esforçarem mais no desenvolvimento das aprendizagens. Assim, durante os diferentes momentos em que de reunião com os EE, não apenas através das reuniões habituais de cada um dos períodos letivos, tal como através da hora de atendimento destinada à receção dos mesmos e também da marcação de horas fora do seu horário letivo e de acordo com a disponibilidade dos próprios EE, a DT recorre sempre a uma linguagem menos técnica mantendo sempre alguma formalidade durante os momentos em que transmitia informações. No que diz respeito à informação transmitida ao longo das diferentes reuniões, esta era relativa ao aproveitamento, ao comportamento, faltas de comparência a aulas ou aulas de apoio e, visto se tratar de um ano onde os alunos tem que realizar exames nacionais, informações referentes às normas que admitem ou não os alunos a exame, as opções alternativas caso o aluno não seja admitido, as normas de realização dos mesmos assim como a realização de um exame à disciplina de Inglês (que se realizou este ano pela primeira vez). Durante as reuniões com os EE a DT proporcionava sempre um espaço final em que os pais poderiam retirar duvidas individualmente, sendo notável uma maior informalidade notável também no discurso da mesma, no entanto mesmo nestes momentos a DT aproveitava para reforçar algumas preocupações com esses educandos, assim como aproveitava para por vezes aconselhar os mesmos sobre estratégias a utilizar para orientar os seus educandos. Por último, importa ainda referir o facto da estrutura das reuniões com os Encarregados de Educação seguir uma estrutura semelhante às reuniões de CT, também constituída por momentos formais e informais, embora que neste ultimo existam ainda momentos de debate coletivo que não acontece ao longo das reuniões de EE a não ser individualmente. Assim é de salientar a necessidade de adaptação por parte do DT aos variados contextos a que é proposto e esta DT fá-lo com bastante pertinência.

Relativamente à relação que a DT estabelece com os alunos, é de salientar que a primeira função que a DT tem para com os alunos é o dia de apresentação da escola, onde são preenchidas os inquéritos individuais por cada aluno e dadas as informações referentes às normas de conduta dentro da escola e da sala de aula. Num segundo momento, sendo este normalmente realizado durante a segunda semana de aulas, cabe à Diretora de Turma a responsabilidade de promover junto dos alunos a eleição dos seus representantes, ou seja, a eleição do delegado e subdelegado da turma. Salientando o facto, uma vez mais, de ser o terceiro ano com a direção desta turma, é bastante notável a forma entusiasmante como a professora se envolve nos problemas pessoais e

académicos, salvaguardando sempre os interesses dos alunos em primeiro lugar, mostrando-se por isso sempre disponível para os alunos acompanhando-os de forma muito próxima e ativa, quer em assuntos académicos quer em assuntos pessoais. a constante preocupação com a resolução de caso referente à continuidade de um aluno com défice de aprendizagem num Programa Educativo Individual, em conjunto com o professor do Ensino Especial, foi um dos exemplos desse acompanhamento dos assuntos académicos. Quanto ao acompanhamento de assuntos pessoais, tive oportunidade de acompanhar a gestão de uma situação de sinalização de uma aluna à Comissão de Proteção de Crianças e Jovens. O conhecimento prévio desta situação fez, a meu ver, com que existisse uma intervenção rápida nomeadamente através da sinalização da mesma. Enquanto líder da turma, a Diretora de Turma tem como responsabilidade eleger um representante dos alunos para que, também aqui, se aumente a eficácia da comunicação. A eleição do Delegado de Turma ocorre no início do ano, após um período de adaptação dos alunos à escola e a uma socialização mínima que permita o voto consciente de cada aluno. Esta atividade é interessante na medida em que poderá ter um *transfer* direto para um exercício de cidadania como é o voto. O bem-estar psicológico dos alunos é tão importante como a saúde física nas suas aprendizagens, pois a escola enquanto meio de desenvolvimento do processo ensino-aprendizagem é fundamental para garantir o equilíbrio físico, social e mental dos alunos.

Importa ainda referir que o facto de nem todos os casos resultarem do empenho e da prestação académica dos alunos, e o facto de a turma apresentar alguns casos de instabilidade familiar consideráveis, exija por parte da professora Helena uma rápida identificação desses casos e uma enorme assertividade e perseverança no tratamento de cada caso, o que foi bastante notório, agindo com o intuito de que o interesse do aluno prevaleça.

Ao longo deste ano letivo pude ainda acompanhar alguns momentos de conversa tanto de cariz individual como com a turma, estes últimos foram privilegiados por serem momentos de transmissão de informações relevantes relacionados com normas de segurança, normas de realização de exames e esclarecimento de dúvidas dos mesmos, os momentos de cariz mais individual eram essencialmente para chamar a atenção sobre faltas de material, entregas de documentação errada para a justificação de faltas, chamadas de atenção a comportamentos inadequados entre outros assuntos relacionados com cada aluno.

Ao longo deste ano letivo tive ainda a oportunidade de acompanhar a DT e a turma em algumas das deslocações realizadas ao longo do ano, podendo assim presenciar algumas das estratégias utilizadas no que concerne à organização e à condução da turma nestas, sendo que o facto de a DT ser acompanhada por mais professores ajuda a mesma nestas tarefas, reforçando assim a importância destes no decorrer das mesmas. Assim, importa referir o facto de ao longo de este ano ter acompanhado a turma a duas das três saídas realizadas, nomeadamente à *European Space Expo* e ao *Pavilhão do Conhecimento*, o primeiro momento em que acompanhei a turma foi durante o primeiro período e o segundo momento foi durante o terceiro período, sendo que falei à ida ao teatro devido a impossibilidade da minha.

Reflexão Final

De acordo com Schön (1983, citado por Silva, T., 2009) “a reflexão constitui, acima de tudo, uma forma de encarar os problemas da prática. Ao tentar colocar novas possibilidades perante as situações que lhe surgem na sua atividade, o professor compreende o seu ensino e aumenta a capacidade de identificar problemas e de implementar soluções”, esta premissa leva-me a uma melhor compreensão de toda a atividade reflexiva realizada ao longo de toda a minha formação académica, que apesar de se encontrar no culminar de uma etapa bastante importante, o facto de ambicionar ser uma profissional de excelência leva-me a dizer que ainda não está finalizada.

De acordo com a análise realizada importa referir que existem ainda melhorias em algumas das áreas de atuação, sendo que esta reflexão final vai visar a projeção de algumas estratégias com o intuito de melhorar nas mesmas.

No que diz respeito à recolha de dados no decorrer do período de avaliação inicial, devido à minha inexperiência notou-se por vezes uma sobrevalorização dos dados recolhidos, sendo que à medida que fui repetindo os momentos de recolha de dados esta sobrevalorização era reduzida. Assim posso concluir que no que diz respeito à recolha de informações o treino e a prática dos mesmos levam a um melhor conhecimento dos critérios de avaliação assim como uma maior focalização para o que realmente importa observar.

Relativamente aos diferentes níveis de planeamento o tipo de abordagem inicial realizada ao longo deste ano permitiu uma grande facilitação na elaboração dos diferentes tipos de planeamento, no entanto importa referir que existem ainda melhorias passíveis de desenvolver, nomeadamente a nível das unidades de ensino e dos planos de aula, onde poderia constar de forma detalhada os objetivos a alcançar por cada aluno, contrapondo ao modelo utilizado de objetivos de grupo de nível utilizado ao longo deste ano.

Ao longo do estágio as principais dificuldades prenderam-se com o estabelecimento de um equilíbrio na relação entre o clima de aula e dois pontos essenciais, o primeiro relacionado com o controlo da disciplina da turma e o segundo relacionado com os diferentes ritmos de ensino. Para ultrapassar as dificuldades sentidas foram estabelecidas diferentes estratégias ao longo do ano, e previamente referidas, no entanto o grande “click” de modificação da minha prestação perante esta dificuldade

verificou-se após a lecionação da semana a tempo inteiro, onde apesar do cansaço, verificou-se uma grande modificação da minha postura devido ao contacto com diferentes tipos de turma, resultando na minha turma num maior controlo dos comportamentos dos alunos. Assim, como numa maior assertividade nos momentos de preleção derivada a meu ver do pressing de tempo que existia nas turmas de 10º ano devido à diversidade de matérias a abordar em cada aula.

No que diz respeito aos projetos desenvolvidos pelo NEEF, estes resultaram de um grande trabalho de colaboração, à semelhança das restantes tarefas de estágio, cooperação esta que se verificou ainda junto dos restantes professores do GEF. Este tipo de cooperação e o bom clima dentro do grupo resultaram ao longo do ano num ambiente de trabalho bastante aliciente.

A cooperação realizada a nível do trabalho de desporto escolar refletiu-se ao longo de todo o trabalho realizado com o grupo, e apesar de ser uma modalidade com que me identifico bastante, o trabalho realizado ao longo deste ano, potenciou a continuidade do grupo/equipa, refletindo por isso a fomentação de um espírito de equipa e a coesão de um grupo de trabalho, que apesar das suas dificuldades perante a modalidade culminou com a obtenção de resultados bastante positivos a nível de classificação final.

Outra cooperação desenvolvida ao longo do ano foi ao nível do acompanhamento à direção de turma, onde pude aprender diversas competências sobre uma das tarefas que podem ser realizadas pelo tutor do cargo. Para este conjunto de aprendizagens destaco o facto de a DT da turma de 9º ano ser incansável e demonstrar-se sempre disponível para explicar as mesmas tarefas. Foi ainda bastante pertinente o facto de esta ao longo do ano me ter desafiado a desenvolver de forma autónoma e ao mesmo tempo supervisionando algumas tarefas.

Em suma, destaco o facto de ao longe deste ano ter vivenciado uma experiência não apenas enriquecedora a nível profissional como também grande potenciadora de uma grande formação pessoal, sendo por isso uma experiência para a vida.

Bibliografia

- Carvalho, L. (1994). Avaliação das aprendizagens em Educação Física. *Boletim SPEF*, (10/11), 135-151.
- Clark, C. & Peterson, P. (1986). Teachers' thought processes. In M. C. Wittrock (Ed.), *Handbook of research on teaching* (3rd ed., pp. 255-296). New York: Macmillan.
- Das, J., Naglieri, J. & Kirby, J. (1994). *Assessment of Cognitive Processes: the P.A.S.S. theory of intelligence*. Toronto: Allyn and Bacon.
- Gambardela, A., Franch, C., Frutoso, M. (1999). Prática Alimentar de Adolescentes. *Revista Nutr. Campinas*, 12 (1), 5-19, jan./abr.
- Guia de Estágio. (2013/2014). Guia de Estágio do Mestrado no Ensino da Educação Física no Ensino Básico e Secundário.
- Guimarães, M., Santos, P. & Viana, V. (2008). Comportamentos e Hábitos Alimentares em Crianças e Jovens: Uma Revisão da Literatura. *Psicologia, Saúde & Doenças*, 9(2), 209-231.
- Ministério da Educação (2001). Programa Nacional de Educação Física.
- Naglieri, J. & Das, J. (1997). *Cognitive Assessment System: Interpretive Handbook*. Itasca, Illinois: Riverside Publishing.
- Naglieri, J. & Rojahn, J. (2004). Construct validity of the PASS theory and CAS: Correlations with achievement. *Journal of Educational Psychology*, 1 (96), 174–181.
- Pedro, D. (2009/2010). O Planeamento Plurianual em Educação Física. Estudo Multicaso em Escolas de Lisboa. Tese aprovada para a obtenção do Grau Mestre em Educação Física. Universidade Lusófona de Humanidades e Tecnologias
- Rosado, A. (1990). *A disciplina nas classes de Educação Física*, Revista Horizonte, N.º 38. Lisboa

Rosado, A. (1999). Léxico Comentado sobre Planificação e Avaliação - Apontamentos não publicados FMH (Ed.)

Rosado, A. & Mesquita, I. (2011). Melhorar a aprendizagem otimizando a instrução. In Rosado, A & Mesquita, I. (Eds.), *Pedagogia do Desporto* (pp. 69-130). Cruz Quebrada: Edições FMH.

Rosado, A, & Silva, C. (n.d.). Critérios básicos sobre a avaliação das aprendizagens. Retirado de http://api.adm.br/evalforum/wp-content/uploads/2010/07/200_-rosado-e-silva-conceitos-basicos-sobre-avaliacao-das-aprendizagens.pdf a 10 de Junho de 2014

Santos, G. (2003). *Desenvolvimento Profissional de Professores – Uma abordagem a partir da construção, desenvolvimento e avaliação do currículo*. Dissertação apresentada para a obtenção do grau de Mestre em Psicologia. Faculdade de Psicologia e de Ciências da Educação, Universidade de Coimbra.

Silva, T. (2009). *Elementos para a Compreensão do Processo de Reflexão em Situações de Estágio Pedagógico – estudo caso de um Estudante-Estagiário de Educação Física*. Dissertação apresentada com vista à obtenção do 2º Ciclo em Desporto para Crianças e Jovens. Faculdade de Desporto, Universidade do Porto

Legislação ou normas:

Decreto-Lei n.º3/2008, de 7 de Janeiro – Ministério da Educação

Documentação:

Escola Secundária Fernando Namora (2011). Projeto Educativo 2011/2014

Escola Secundária Fernando Namora (2012). Regulamento Interno.

Escola Secundária Fernando Namora (2013). Relatório de autoavaliação 2012/2013.

Anexos

(em CD, formato digital)